

SEPTIEMBRE / IRAILA							OCTUBRE / URRIA							NOVIEMBRE / AZAROA							DICIEMBRE / ABENDUA							ENERO/URTARRILA						
L	M	X	J	V	S	D	L	M	X	J	V	S	D	L	M	X	J	V	S	D	L	M	X	J	V	S	D	L	M	X	J	V	S	D
						1		1	2	3	4	5	6					1	2	3							1			1	2	3	4	5
2	3	4	5	6	7	8	7	8	9	10	11	12	13	4	5	6	7	8	9	10	2	3	4	5	6	7	8	6	7	8	9	10	11	12
9	10	11	12	13	14	15	14	15	16	17	18	19	20	11	12	13	14	15	16	17	9	10	11	12	13	14	15	13	14	15	16	17	18	19
16	17	18	19	20	21	22	21	22	23	24	25	26	27	18	19	20	21	22	23	24	16	17	18	19	20	21	22	20	21	22	23	24	25	26
23	24	25	26	27	28	29	28	29	30	31				25	26	27	28	29	30	23	24	25	26	27	28	29	27	28	29	30	31			
30																					30	31												
FEBRERO/OTSAILA							MARZO/MARTXOA							ABRIL / APIRILA							MAYO / MAIATZA							JUNIO / EKAINA						
L	M	X	J	V	S	D	L	M	X	J	V	S	D	L	M	X	J	V	S	D	L	M	X	J	V	S	D	L	M	X	J	V	S	D
					1	2						1	2		1	2	3	4	5	6				1	2	3	4							1
3	4	5	6	7	8	9	3	4	5	6	7	8	9	7	8	9	10	11	12	13	5	6	7	8	9	10	11	2	3	4	5	6	7	8
10	11	12	13	14	15	16	10	11	12	13	14	15	16	14	15	16	17	18	19	20	12	13	14	15	16	17	18	9	10	11	12	13	14	15
17	18	19	20	21	22	23	17	18	19	20	21	22	23	21	22	23	24	25	26	27	19	20	21	22	23	24	25	16	17	18	19	20	21	22
24	25	26	27	28			24	25	26	27	28	29	30	28	29	30					26	27	28	29	30	31		23	24	25	26	27	28	29
							31																					30						
JORNADA DE PUERTAS ABIERTAS							ABONO ACTIVO ABONUA AKTIBOA							ABONO ACTIVO REDUCIDO							DOMINGOS/FESTIVO (no hay actividades)							DÍA ESPECIAL (no hay actividades)						
INSTALACION CERRADA																																		



# HORARIO ABONO ACTIVO ABONU AKTIBO ORDUTEGIA

LUNES ASTELEHENA			MARTES ASTEARTEA				MIÉRCOLES ASTEAZKENA			JUEVES OSTEGUNA				VIERNES OSTIRALA			SÁBADO LARUNBATA			DOM/FEST IGAN/JAI
SALA 1 1 ARETOA	SALA 2 2 ARETOA	SALA 3 3 ARETOA	SALA 1 1 ARETOA	SALA 2 2 ARETOA	SALA 3 3 ARETOA	SALA 4 4 ARETOA	SALA 1 1 ARETOA	SALA 2 2 ARETOA	SALA 3 3 ARETOA	SALA 1 1 ARETOA	SALA 2 2 ARETOA	SALA 3 3 ARETOA	SALA 4 4 ARETOA	SALA 1 1 ARETOA	SALA 2 2 ARETOA	SALA 3 3 ARETOA	SALA 2 2 ARETOA	SALA 3 3 ARETOA	SALA 4 4 ARETOA	SALA 2 2 ARETOA
	VIRTUAL CICLO 08:15 - 9:05			VIRTUAL CICLO 08:15 - 9:05				VIRTUAL CICLO 08:15 - 9:05			VIRTUAL CICLO 08:15 - 9:05				VIRTUAL CICLO 08:15 - 9:05		VIRTUAL CICLO 08:15 - 9:05			VIRTUAL CICLO 08:15 - 9:05
	CICLO INDOOR ÍCARO 9:10 - 10:10		METABOLIC DAVID 09:15 - 09:45	VIRTUAL CICLO 09:15 - 10:05				CICLO INDOOR ÍCARO 9:10 - 10:10		METABOLIC DAVID 09:15 - 09:45	VIRTUAL CICLO 09:15 - 10:05				CICLO INDOOR ÍCARO 9:10 - 10:10		VIRTUAL CICLO 09:15 - 10:05			VIRTUAL CICLO 09:15 - 10:05
	VIRTUAL CICLO 10:30 - 11:20	BODY PUMP ÍCARO 10:15-11:15	TRX DAVID 09:45-10:15	VIRTUAL CICLO 10:30 - 11:20	ZUMBA MARTA 10:30-11:30			VIRTUAL CICLO 10:30 - 11:20	BODY PUMP ÍCARO 10:15-11:15	TRX DAVID 09:45-10:15	VIRTUAL CICLO 10:30 - 11:20	ZUMBA MARTA 10:30-11:30			VIRTUAL CICLO 10:30 - 11:20	BODY PUMP ÍCARO 10:15-11:15	VIRTUAL CICLO 10:15 - 11:05	BODY PUMP AINHOA 10:30-11:30		VIRTUAL CICLO 10:15 - 11:05
		CORE ÍCARO 11:15 - 11:45				PILATES MAR 11:30-12:30			CORE ÍCARO 11:15 - 11:45				PILATES MAR 11:30-12:30	YOGA MARIAN 11:15-12:15			VIRTUAL CICLO 11:15 - 12:05		BOXEO MIGUEL 11:30 - 12:30	VIRTUAL CICLO 11:15 - 12:05
	VIRTUAL CICLO 12:30 - 13:20			VIRTUAL CICLO 12:30 - 13:20				VIRTUAL CICLO 12:30 - 13:20			VIRTUAL CICLO 12:30 - 13:20				VIRTUAL CICLO 12:30 - 13:20		VIRTUAL CICLO 12:30 - 13:20			VIRTUAL CICLO 12:30 - 13:20
	VIRTUAL CICLO 14:00 - 14:50	TBC AINHOA 14:00 - 15:00		VIRTUAL CICLO 14:00 - 14:50	GAP FIORELLA 14:00 - 15:00			VIRTUAL CICLO 14:00 - 14:50	TBC AINHOA 14:00 - 15:00		VIRTUAL CICLO 14:00 - 14:50	GAP FIORELLA 14:00 - 15:00			VIRTUAL CICLO 14:00 - 14:50					
	VIRTUAL CICLO 17:00 - 17:50			VIRTUAL CICLO 17:00 - 17:50		TAI CHI MARIBEL 16:30 - 17:30		VIRTUAL CICLO 17:00 - 17:50			VIRTUAL CICLO 17:00 - 17:50				VIRTUAL CICLO 17:00 - 17:50		VIRTUAL CICLO 17:00 - 17:50			VIRTUAL CICLO 17:00 - 17:50
		ZUMBA LAURA 17:30-18:30		VIRTUAL CICLO 18:00-18:50	SACO BOX MAITANE 18:00 - 18:45				ZUMBA LAURA 17:30-18:30		VIRTUAL CICLO 18:00-18:50	BODY BALANCE MAITANE 18:00-18:45			VIRTUAL CICLO 18:00 - 18:50		VIRTUAL CICLO 18:00 - 18:50			VIRTUAL CICLO 18:00 - 18:50
TRX ENEKO 18:30 - 19:15	POWER CYCLING JAVIER 18:00-19:15	BODY COMBAT LAURA 18:30-19:15	METABOLIC PABLO L. 18:45 - 19:30		BODY BALANCE MAITANE 18:45-19:30		TRX ENEKO 18:30 - 19:15	POWER CYCLING JAVIER 18:00-19:15	BODY COMBAT LAURA 18:30-19:15	METABOLIC PABLO L. 18:45 - 19:30			SACO BOX MAITANE 18:45-19:30		VIRTUAL CICLO 19:00 - 19:50	BODY PUMP DAVID 18:30-19:30	VIRTUAL CICLO 19:00 - 19:50			VIRTUAL CICLO 19:00 - 19:50
CROSS TRAINING ENEKO 19:15-20:15	CICLO INDOOR JAVIER 19:15-20:00	BODY PUMP LAURA 19:15-20:15	TRX PABLO L. 19:30 - 20:15	CICLO KING INKO 19:00-20:15	BODY PUMP MAITANE 19:30-20:30	KICK BOXIG MIGUEL 19:45-20:45	CROSS TRAINING ENEKO 19:15-20:15	CICLO INDOOR JAVIER 19:15-20:00	BODY PUMP LAURA 19:15-20:15	TRX PABLO L. 19:30 - 20:15	CICLO KING INKO 19:00-20:15	BODY PUMP MAITANE 19:30-20:30	KICK BOXIG TOTE 19:45-20:45							
LATINOS INIC. PATRICIA 20:30 - 21:30	VIRTUAL CICLO 20:15 - 21:05	PILATES JAVIER 20:15 - 21:15	LATINOS AVANZ. PATRICIA 20:15 - 21:15	VIRTUAL CICLO 20:30 - 21:20				VIRTUAL CICLO 20:15 - 21:05	PILATES JAVIER 20:15 - 21:15		VIRTUAL CICLO 20:30 - 21:20									

Para que cada persona pueda realizar ejercicio físico acorde a su nivel de estado de forma o sus exigencias personales, dividimos las actividades en diferentes tipologías, según los componentes de la aptitud física relacionada con la salud que más se destacan en cada actividad:  
 Persona bakoitza bere formaren egoera mailari edo bere eskakizun pertsonalei egokitutako jarduera fisikoa egin dezan, jarduerak tipologia ezberdinetan zatitzen ditugu, jarduera bakoitzean gehien nabarmen diren osasunarekin zerikusia duten gaitasun fisiko osagaien arabera:

CARDIO  
KARDIO

FUERZA-TONO  
INDARRA-TONUA

CORPO-MENTE  
GORPUTZ-BURU

COREOGRAFIADAS  
KOREOGRAFIATUAK

ENTRENAMIENTO  
ENTRENAMENDUA



# ABONO ACTIVO JÚNIOR



# JUNIOR KIROL ABONU AKTIBOA



LUNES ASTELEHENA				MARTES ASTEARTEA				MIÉRCOLES ASTEAZKENA				JUEVES OSTEGUNA				VIERNES OSTIRALA	SÁBADO LARUNBATA	
SALA 1 1 ARETOA	SALA 2 2 ARETOA	SALA 3 3 ARETOA	SALA FITNESS FITNESS ARETOA	SALA 1 1 ARETOA	SALA 2 2 ARETOA	SALA 3 3 ARETOA	SALA 4 4 ARETOA	SALA 1 1 ARETOA	SALA 2 2 ARETOA	SALA 3 3 ARETOA	SALA FITNESS FITNESS ARETOA	SALA 1 1 ARETOA	SALA 2 2 ARETOA	SALA 3 3 ARETOA	SALA 4 4 ARETOA	SALA 3 3 ARETOA	SALA 4 4 ARETOA	
		ZUMBA LAURA 17:30-18:30	SALA FITNESS MARTXEL 17:00-18:00							ZUMBA LAURA 17:30-18:30	SALA FITNESS MARTXEL 17:00-18:00							
TRX ENEKO 18:30-19:15		BODY COMBAT LAURA 18:30-19:15				SACO BOX MAITANE 18:00 - 18:45		TRX ENEKO 18:30-19:15		BODY COMBAT LAURA 18:30-19:15				BODY BALANCE MAITANE 18:00-18:45			BOXEO MIGUEL 11:30 - 12:30	
	CICLO INDOOR JAVIER 19:15-20:00			TRX DAVID 19:30 - 20:15	CICLO KING INKO 19:00-20:15	BODY BALANCE MAITANE 18:45 - 19:30	KICK BOXIG MIGUEL 19:00-19:45		CICLO INDOOR JAVIER 19:15-20:00			TRX DAVID 19:30 - 20:15	CICLO KING INKO 19:00-20:15	SACO BOX MAITANE 18:45-19:30	KICK BOXIG DAVID 19:00-19:45			



# ABONO ACTIVO SÉNIOR



# SENIOR KIROL ABONU AKTIBOA



LUNES ASTELEHENA			MARTES ASTEARTEA				MIÉRCOLES ASTEAZKENA			JUEVES OSTEGUNA			VIERNES OSTIRALA		SÁBADO LARUNBATA	
SALA FITNESS FITNESS ARETOA	SALA 2 2 ARETOA	SALA 3 3 ARETOA	SALA 2 2 ARETOA	SALA 3 3 ARETOA	SALA 4 4 ARETOA	SALA FITNESS FITNESS ARETOA	SALA 2 2 ARETOA	SALA 3 3 ARETOA	SALA 2 2 ARETOA	SALA 3 3 ARETOA	SALA 4 4 ARETOA	SALA 1 1 ARETOA	SALA 2 2 ARETOA	SALA 2 2 ARETOA	SALA 3 3 ARETOA	
	VIRTUAL CICLO 08:15 - 9:05		VIRTUAL CICLO 08:15 - 9:05				VIRTUAL CICLO 08:15 - 9:05		VIRTUAL CICLO 08:15 - 9:05				VIRTUAL CICLO 08:15 - 9:05	VIRTUAL CICLO 08:15 - 9:05		
	CICLO INDOOR ÍCARO 9:10 - 10:10		VIRTUAL CICLO 10:30 - 11:20	ZUMBA MARTA 10:30-11:30			CICLO INDOOR ÍCARO 9:10 - 10:10		VIRTUAL CICLO 10:30 - 11:20	ZUMBA MARTA 10:30-11:30			CICLO INDOOR ÍCARO 9:10 - 10:10			
SALA FITNESS DAVID 10:15-11:15	VIRTUAL CICLO 12:30 - 13:20		VIRTUAL CICLO 12:30 - 13:20		PILATES MAR 11:30-12:30	SALA FITNESS DAVID 10:15-11:15	VIRTUAL CICLO 12:30 - 13:20		VIRTUAL CICLO 12:30 - 13:20		PILATES MAR 11:30-12:30	YOGA MARIAN 11:15-12:15		VIRTUAL CICLO 12:30 - 13:20		
					TAI CHI MARIBEL 16:30 - 17:30								VIRTUAL CICLO 12:30 - 13:20			
					BODY BALANCE MAITANE 18:45 - 19:30								BODY BALANCE MAITANE 18:00-18:45	VIRTUAL CICLO 17:00 - 17:50		
		PILATES JAVIER 20:15 - 21:15	VIRTUAL CICLO 20:30 - 21:20					PILATES JAVIER 20:15 - 21:15	VIRTUAL CICLO 20:30 - 21:20							





- Para inscribirse en el Abono Activo Deporte y Abono Activo Junior es imprescindible ser abonado/a anual o abonado/a de invierno.
- Es obligatorio mantener la condición de abonado/a de la instalación durante todo el periodo contratado.
- El abono activo podrá ser contratado para 3,6 y 9 consecutivos.
- Únicamente se podrá paralizar el abono activo por causa médica debidamente justificada. Se procederá a la paralización del abono activo desde la fecha de comunicación hasta la fecha del justificante de paralización. En ningún caso se hará devolución del importe satisfecho.
- El uso fraudulento de la llave wellness o tarjeta bien como el no tener el servicio contratado será motivo de sanción de 15 días.
- Cada sesión tendrá una capacidad máxima que será determinada por el instructor o instructora.
- Periódicamente se irá modificando la programación del Abono Activo Deporte en función de la demanda.
- La modificación de horarios, suspensión de actividades o reducción de actividades en periodos concretos no da derecho a devolución del importe satisfecho.
- **Kirol Abonu Aktiboan eta Junior Abonu Aktiboan izena emateko ezinbestekoa izanen da urteko edo neguko abonatua izatea.**
- **Kontratutako epealdi osoan abonatu egoera mantentzea derrigorrezkoa da.**
- **Kirol Abonu Aktiboa ondoz ondoko 3, 6 eta 9 hilabeteentzako kontrata daiteke.**
- **Kirol Abonu Aktiboa justifikatutako arrazoi medikuengatik soilik geldi daiteke. Abonu Aktiboa geldiaraziko da, jakinarazten den egunetik geldiarazpenaren frogagiriaren data arte. Inoiz ere ez da ordaindutako zenbatekoa itzuliko.**
- **Wellness giltza edo txartela iruzurrez erabiltzeak zein zerbitzua kontratatua ez izateak, 15 eguneko zigorra ekarriko dute.**
- **Irakasleak zehaztuko duen gehienezko edukiera izanen du saio bakoitzak.**
- **Aldiro, eskariaren arabera, Kirol Abonu Aktiboaren programazioa aldatzen joanen da.**
- **Ordutegi aldaketak, jarduera etenaldiak edo denboraldi zehazetan egindako jarduera murrizketek ez dute ordaindutako zenbatekoaren itzulketari eskubidea ematen.**

