



# JARDUERA SOZIOKULTURALAK ETA KIROLEKOAK 2020-21

## IZENA EMATEKO DATA:

**IRAILAREN  
16TIK 23RA**

## EGITEKO DATAK:

**URRIAREN 8TIK  
EKAINAREN 22RA**

## EGITEKO TOKIA:

**ZIZUR TXIKIA  
ETA ASTERAIN**

## HELDUENTZAKO JARDUERAK

### ZIZUR TXIKIA

#### ZIRKUITU FUNZIONALA

Astearte eta ostegunak 18.30-19.30, 15 part.

#### CROSS TRANINGA

Astelehenak 19:00-20:00, 14 part.  
Larunbatak 10:00-11:00, 14 part.

#### DANTZA-ESKOLA

(erritmo latinoak eta areto-dantzak)  
Ostiralak 19.30-21.00, 14 part.  
Urtarrilean hasiko da

#### IPURMASAILAK, ABDOMINALAK ETA ZANGOAK

Astearte eta ostegunak 20.45-21.45, 15 part.

#### 60TIK GORAKOENTZAKO GIMNASTIKA

Astelehen eta asteazkenak 10.30-11.30, 15 part.

#### INGELES MAILA ERTAINA

Astearte eta ostegunak 20.00-21.00

#### PILATESA

Astelehen eta asteazkenak 9.30-10.30, 15 part.  
Astelehen eta asteazkenak 19.30-20.30, 15 part.  
Astelehen eta asteazkenak 20.30-21.30, 15 part.

#### PINTURA

Astelehenak 18.30-20.30, 12 part.

#### SPINNINGA

Astearte eta ostegunak 19.30-20.30, 12 part.  
Astearte eta ostegunak 20.30-21.30, 12 part.

#### TONIFIKAZIOA

Astearte eta ostegunak 19.45-20.45, 15 part.

#### 60TIK GORAKOENTZAKO YOGILATESA

Astelehen eta asteazkenak 11.30-12.30, 15 part.

#### ZUMBA

Astelehen eta ostiralak 18.30-19.30, 12 part.

### ASTERAIN

#### MULTIJARDUERA

Astelehen eta asteazkenak 20.00-21.00, 12 part.

#### PILATESA

Astearte eta ostegunak 20.00-21.00, 12 part.

## HAURRENTZAKO JARDUERAK

### ZIZUR TXIKIA

#### GIMNASTIKA ERRITMIKOA (HASTAPENAK)

Asteazkenak 17.00-18.00, 14 part.

#### GIMNASTIKA ERRITMIKOA (ERTAINA)

Asteazkenak 18.00-19.00, 14 part.

#### MULTIKIROLA

Ostegunak 17-18 (5-8 urte bitarte), 14 part.  
Ostegunak 18-19 (8-11 urte bitarte), 14 part.

#### PATINAJEA

Astelehenak 18.30-19.30, 14 part.

#### GITARRA: HASTAPENAK

Astearteak 17.00-18.00, 12 part.  
(5 urtetik aurrera)

#### GITARRA: ERTAINA

Astearteak 18.00-19.00, 12 part.

#### MARRAZKETA ETA PINTURA

Astelehenak 17.15-18.15, 12 part.

### ASTERAIN

#### PATINAJEA

Astelehenak 17.00-18.00, 14 part.

## IZENA EMATEKO DATA

### Irailaren 16tik 23ra

948 012012 Telefonoan  
eta Zizur Txikiko eta  
Asteraingo kirol-  
instalazioetan  
Kirol-instalazioetan eginez  
gero, ordua alde aurretik  
eskatu behar da

**Zizur:** astelehenetik  
ostiralera 9.00-12:00  
tel. 948 286992

**Asterain:** astelehenetik  
ostiralera 17:00-21:00  
tel. 948 348181

## EGITEKO DATAK

**Urriaren 8tik  
ekainaren 22ra**

## EGITEKO TOKIA

### ZIZUR TXIKIA

**Udaleko kirol-instalazioak**  
Kultura-etxea (ingelesa eta  
marrazketa eta pintura)  
Pilotalekua: patinajea eta multikirola

### ASTERAIN

#### Udaleko kirol-instalazioak

Ikastaro batean izena emateak  
ikastaroaren prezioa osorik ordaintzera  
behartzen du (ordainagiriak urrian,  
abenduan eta martxoan), borondatezko  
bajak ez dakar jardueraren prezioa  
osorik ordaindu behar ez izatea.

Jarduerak osasun-arrazoiengatik bertan  
behera utzi beharko balira, ikastaroaren  
zati proportzionala baino ez da  
ordainduko.

Zizur zendea erroldatutakoek  
lehenetsuna izango dute.

Eskaria eskaintza baino hadiagoa balitz,  
zozketa egingo da.

Denboraldi honetan, osasun-arrazoiak  
tartean, nork bere materiala eraman  
beharko du.

## IKASTAROEN PREZIOA

### ZIZUR ZENDEAN ERROLDATUAK:

HELDUAK

**150€** (50€-ko hiru kuota)

HAUR, JUBILATU  
ETA PENTSIODUNAK

**96€** (32€-ko hiru kuota)

### ZIZUR ZENDEAN EZ-ERROLDATUAK:

HELDUAK

**225€** (75€-ko hiru kuota)

HAUR, JUBILATU  
ETA PENTSIODUNAK

**120€** (40€-ko hiru kuota)