



Grado
Asturias

PISCINAS
MUNICIPALES
DE GRADO



Area de Deportes
Ilmo. Ayto. de Grado




ACTIVIDADES Y SERVICIOS

PISCINAS MUNICIPALES Y ÁREA DE DEPORTES DE

GRADO

AVDA. DE LOS DEPORTES, S/N
33820 GRADO
ASTURIAS
T. 985 75 35 99
PISCINA@AYTO-GRADO.ES

 piscinas.grado

 @PISCINASGRADO

25
urteak



personas en
movimiento
partenariak
martxan

INSTALACIONES Y SERVICIOS

PISCINAS MUNICIPALES

- Piscina infantil al aire libre 11 x 10 m.
- Piscina de Verano exterior de 25 x 12,5 m.
- Piscina Climatizada vaso polivalente 25 x 12,5m.
- Sala de Gimnasio. Musculación y Cardiovasculares (nueva maquinaria).
- Sauna con zona de descanso.
- Vestuarios de Discapacitados/as.
- Vestuario masculino.
- Vestuario femenino.
- Amplias zonas verdes.
- Placas solares.
- Nuevas mejoras en climatización y depuración.

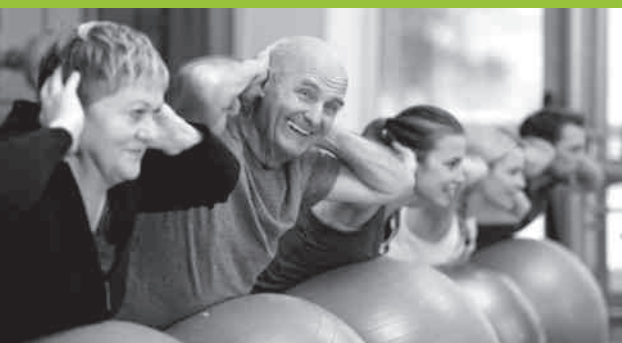
Y ADEMÁS....

- **Grupos a la carta** en actividades agua y tierra con 10 personas.
- **PROGRAMACIÓN EMTESPORT**. Consulta en tu instalación.
- **Servicio PERSONAL TRAINER**. Gimnasio + Agua.
- **Personal trainer**: Tú eliges los horarios que más te convengan.
 - Bono de 10 sesiones individual: 300€
 - Bono 10 sesiones para 2 personas: 350€
 - Bono 10 sesiones para 3 personas: 400€
 - 1 sesiones individuales: 33€
 - 2 sesiones 2 personas: 40€
 - 3 sesiones 3 personas: 47€



¡NOVEDADES!

- **GRADO NATACIÓN**: Natación avanzada para adultos que quieran perfeccionar su estilo.
- **NATACIÓN ENTRENAMIENTO**: 1 día a la semana para el entreno de distancias y mejora de la técnica (triathlon, título de sos, etc).
- **ACTIVIDAD CONCILIA ***: Actividades con tarifa reducida y en horario de cursillos infantiles. Son actividades que permitirán la conciliación familiar, para que te cuides y practiques deporte mientras esperas a los/as más peques.
- **CUMPLEAÑOS ACUÁTICOS**: celebra tu cumpleaños en la piscina.
- **DOMINGOS ACUÁTICOS EN FAMILIA * :** diferentes actividades y juegos dinamizados por un animador/a.



*Actividades concilia: Actíivate mientras tus hijos/as hacen deporte

Y ADEMÁS AHORA TIENES OPCIÓN A RECIBIR MÁS

¡NUEVO!

ABONO PLUS GRADO

UNA MODALIDAD DE ACCESO MÁS COMPLETA PARA TI

GRAN OFERTA
deportiva con importantes
ventajas

Permanece atento
a nuestras
NOVEDADES

TALLERES
a lo largo de todo el año



HAZTE SOCIO/A DE LA PISCINA

Y A LA VEZ INSCRÍBETE EN NUESTRAS ACTIVIDADES DEPORTIVAS. ASÍ PODRÁS BENEFICIARTE DE UN DESCUENTO.

De 16 a 59 años 44€

Mayores de 60 años 35€

**SESIÓN
EXTRA**

Quincenal en cursos
de natación
(viernes)

AMPLIACIÓN ABONO FAMILIAR
HASTA HIJOS/AS < 24 AÑOS



GIMNASIO ABIERTO
En horario de
Instalación



¡NUEVA ACTIVIDAD!

NATACIÓN SINCRONIZADA

DE OCTUBRE A JUNIO 2 DÍAS / SEMANA

ACUATERAPIA

DE OCTUBRE A JUNIO 2 DÍAS / SEMANA

+ Info en tu Recepción

25
años



personas en
movimiento
personas
marcan

18/19

AGUA

ACTIVIDAD

DESCRIPCIÓN

DÍAS

HORARIO*

		L	M	X	J	V	S	D		
NATACIÓN SINCRONIZADA	¡púntate a nuestro equipo de Natación Sincronizada! 60'	●			●				16:45 19:00	17:45 20:00
AQUAGYM	Gimnasia acuática para todos los Niveles. Muy completa y saludable 45'	●			●				12:15	13:00
CURSILLOS ADULTOS/AS INICIACIÓN	Aprendizaje de la natación. Iniciación 45'		●		●				N. MEDIO 10:00 N. MEDIO 19:30 N. MEDIO 20:15 INICIACIÓN 21:00 N. AVANZADO 20:15	10:45 11:30 20:15 21:00 21:45 21:45
CURSILLOS ADULTOS/AS MEDIO	Mejora de la técnica y progresión en las distancias de nado 45'		●		●				20:15	21:00
BEBÉS	De 18 meses a 4 años. Juego, placer y estímulo en el agua 30'	●		●					16:45 16:45	17:15 17:15
PREESCOLAR 4-5 AÑOS	Aprendizaje de la Natación. Niveles Inic. y Perfec. 45'	●		●					16:45 17:15 18:00 16:30 17:15 17:15	17:30 18:00 18:45 17:15 18:00
INFANTIL 1	Aprendizaje de la natación 45'	●		●					17:15 18:00 18:45	18:00 18:45 19:30
INFANTIL 2	Progresión en el aprendizaje de la natación 45'	●		●					18:00 18:00 16:30 17:15	18:45 18:45 17:45 18:00
INFANTIL 3	Perfeccionamiento de la natación 45'	●		●					18:45 18:45	19:30 19:30
GRADO NATACIÓN MÁSTER	Natación para adultos/as, que tengan ya adquirido un determinado nivel, y quieran perfeccionarlo 45'	●		●					12:15	13:00
GIMNASIA ACUÁTICA >59 AÑOS	Actividad acuática para personas >59 años 45'	●		●					10:15	11:00
NATACIÓN ENTRENAMIENTO	Para personas que estén preparándose para alguna prueba (triatlon, título de SOS, etc.)	●							13:00	13:45
ACUATERAPIA	Pilates + natación	●			●				11:00	12:15
INFANTIL	Cursillos Intensivos natación de verano 45' Quincenales	●	●	●	●	●			10:00	10:45
INFANTIL	Cursillos Intensivos natación de verano 45' Quincenales	●	●	●	●	●			10:45	11:30
PREESCOLAR	Cursillos Intensivos natación de verano 45' Quincenales	●	●	●	●	●			11:30	12:15
INFANTIL	Cursillos Intensivos natación de verano 45' Quincenales	●	●	●	●	●			12:15	13:00
PREESCOLAR	Cursillos Intensivos natación de verano 45' Quincenales	●	●	●	●	●			13:00	13:45
ADULTOS/AS	Cursillos Intensivos natación inic/medio 45' Quincenales	●	●	●	●	●			10:45	11:30
GIMNASIA ACUÁTICA >59 AÑOS	Cursillos Intensivos natación medio 45' Quincenales	●	●	●	●	●			11:30	12:45
	Actividad acuática para personas >59 años 45' Quincenales	●	●	●	●	●			10:00	10:45
PREESCOLAR	Cursillos Intensivos natación de verano 45' Quincenales	●	●	●	●	●			16:00	16:45
NIÑOS 6-15 AÑOS	Cursillos Intensivos natación de verano 45' Quincenales	●	●	●	●	●			16:45	17:30
PREESCOLAR 4-5 AÑOS	Cursillos Intensivos natación de verano 45' Quincenales	●	●	●	●	●			17:30	18:15
NIÑOS 6-15 AÑOS	Cursillos Intensivos natación de verano 45' Quincenales	●	●	●	●	●			18:15	19:00

OCTUBRE-JUNIO

JULIO

SEPTIEMBRE

OCTUBRE-JUNIO

JULIO

SEPTIEMBRE

18/19

ESCUELAS MUNICIPALES INFANTILES

ACTIVIDAD	INSTALACIÓN	AÑO DE NACIMIENTO	PLAZAS	DÍAS							HORARIO*		
				L	M	X	J	V	S	D			
NATAción	Piscina climatizada	2007 2012	10	●		●						17:30	19:00
		2001 2006	10		●		●					18:00	19:30
CICLISMO	Polideportivo Ramón Areces / La Cardosa	HASTA 2010	15	●					●			18:00	20:00
PEQUEDEPORTE	Sala de psicomotricidad Colegio Virgen del Fresno	2012 2013	CONSULTAR	●					●			15:30	16:30

OCTUBRE - JUNIO

*El plazo de inscripción de las actividades deportivas extraescolares se abre una vez comience el curso escolar, y se realizará en los colegios.

ESCUELAS MUNICIPALES ADULTOS/AS

ACTIVIDAD	INSTALACIÓN	PLAZAS	DÍAS							HORARIO*			
			L	M	X	J	V	S	D				
ZUMBA	Polideportivo Municipal	30			●		●					19:30	20:30
		30	●			●						10:00	11:00
GIMNASIA MANTENIMIENTO	Polideportivo Municipal	25		●		●		●				20:00	21:00
GIMNASIA 3ª EDAD (>60 AÑOS)	Polideportivo Municipal: gimnasio	20			●		●	●				12:00	13:00
TAICHI	Centro de día: sala polivalente	15				●						17:00	19:30
TENIS	Pistas tenis / Pol. Ramón Areces	8			●		●					18:45	19:40
		8			●		●					19:40	20:35
		8			●		●					20:35	21:30
DEPORTE ADAPTADO PSÍQUICOS/AS	Polideportivo Municipal	10			●		●					18:00	19:00
SPINNING	Sala spinning de antiguo telecentro	CONSULTAR			●		●					19:00	20:00
					●		●					20:00	21:00

OCTUBRE - JUNIO

Plazas limitadas. Una vez cubierto el cupo, se formarán listas de espera. Los días y horas de las actividades pueden sufrir modificaciones una vez finalizada la inscripción. *Hora de comienzo de la primera clase - Hora final de la última clase.

La continuidad de todas las actividades de este folleto estará condicionada a la existencia de un número mínimo de alumnos/as por grupo. Los horarios son orientativos; estos podrán sufrir reajustes en función de la demanda de las actividades. Las clases que coincidan con festivos no serán recuperables.

• Se informa que las plazas son limitadas y una vez cubierto el cupo, se formarán listas de espera. Los días y horas de las actividades pueden sufrir modificaciones una vez finalizada la inscripción y visto el número de inscritos/as y el nivel deportivo de los/las mismos/as.

• Los grupos establecidos según el año de nacimiento de las escuelas de niños/as, son orientativos, pues podrán sufrir modificaciones una vez finalizada la inscripción y visto el número de inscritos/as y el nivel deportivo de los/las mismos/as.

PISCINAS MUNICIPALES Y ÁREA DE DEPORTES DE GRADO

AVDA. DE LOS DEPORTES, S/N
33820 GRADO (ASTURIAS)
T. 985 75 35 99
PISCINA@AYTO.GRADO.ES



personas en movimiento
personas en movimiento
personas en movimiento

NORMATIVAS DE USO

CONSEJOS Y RECOMENDACIONES PARA LA PARTICIPACIÓN EN UNA ACTIVIDAD DIRIGIDA

• Cada actividad dispondrá de sus propias normas conforme a sus características y particularidades.

• Se recomienda hidratarse a lo largo de las sesiones.

• Es obligatorio el uso de calzado y ropa adecuadas a cada actividad.

* Existe una normativa de instalación a vuestra disposición en caso de cualquier aclaración.

ACTIVIDADES DIRIGIDAS

• Cada actividad dispondrá de sus propias normas conforme a sus características y particularidades.

• Se recomienda hidratarse a lo largo de las sesiones.

• Es obligatorio el uso de calzado y ropa adecuadas a cada actividad.

A TENER EN CUENTA...

Las actividades dirigidas se ofertarán de octubre a junio. En verano, los horarios serán reducidos.

El gimnasio y la piscina funcionarán durante todo el año, excepto durante las paradas técnicas obligatorias.

La dirección de la instalación se reserva el derecho de modificar la oferta deportiva por motivos organizativos o de interés general.

ABONARSE AL POLIDEPORTIVO

Para abonarse a las piscinas será necesario adjuntar la siguiente documentación:

- Hoja de Inscripción debidamente cumplimentada y firmada.
- 1 Fotografía de carnet de cada miembro que se vaya a dar de alta.
- Fotocopia del DNI o, en su defecto, fotocopia del libro de familia donde aparezca la persona o personas que se inscriben.
- Nº cuenta bancaria.
- En el caso de ser Familia numerosa, fotocopia del certificado acreditativo de tal condición.
- El primer pago se efectuará obligatoriamente en efectivo o con tarjeta.

INSCRIBIRSE A UNA ACTIVIDAD

Para realizar la inscripción en una actividad es necesario presentar la siguiente documentación:

- 1 Fotografía.
- Fotocopia del DNI.
- Número cuenta bancaria.
- Inscripción debidamente cumplimentada.

No es necesario que sea la propia persona interesada quien formalice la inscripción, pudiéndola hacer cualquier otra persona en su nombre siempre que aporte la documentación exigida.

El primer pago se efectuará siempre en metálico o con tarjeta. Una vez confirmada la plaza se procederá a domiciliar el pago de la actividad.

Las actividades podrán ser anuladas si no hay un número suficiente de inscripciones. Estas anulaciones se comunicarán a las personas interesadas.

Formalizada la inscripción, el importe sólo será devuelto en el caso de anulación de la actividad.

DEVOLUCIÓN DE RECIBOS Los recibos devueltos originan un gasto de 2,10€.

DUPLICADOS DE CARNET En caso de pérdida de carnet se deberán abonar 3,40 €.

PÉRDIDA DE LLAVES DE TAQUILLA La pérdida de una llave originan un gasto de 5,70€.

HORARIO

DÍAS	INVIERNO	VERANO	
		PISCINA CLIMATIZADA**	PISCINA EXTERIOR
LUNES A VIERNES	10:00 - 14:00 16:00 - 22:00	10:00 - 14:00 16:00 - 22:00	12:30 - 20:30
SÁBADOS Y DOMINGOS	10:00 - 14:00	10:00 - 14:00	
FESTIVOS	CERRADO	CERRADO	ABIERTO

*En horario de verano, de lunes a viernes de 14:00 a 16:00 y los sábados y domingos de 14:00 a 20:00, solamente se mantendrá abierto los vestuarios de la piscina climatizada, no el resto de equipamientos de la misma. La zona exterior se mantendrá abierta todos los días de 12:20 a 20:00.

**AGOSTO CERRADA

25

urteak



Dónde estamos:

Euskadi

Azkuna Zentroa (Alhóndiga)
Abadiño
Academia Arkaute
Barakaldo
Bakio
Etxebarri
Gordexola
Gorliz
Hegalak (La Concha-Donosti)
Markina-Xemein
Leioa
Lekeitio

Loiu
Ortuella
Portugalete
Santurtzi
Sestao
Trapagaran
Zamudio

Otras comunidades

Asturias

Grado
Langreo
Club Santa Olaya (Gijón)

Madrid

Universidad Autónoma de Madrid
Universidad Pontificia de Comillas



f emtesport
@emtesport

emtesport.com



personas en
movimiento
personak
moxion



personas en
movimiento
pertsanak
martxan