

Programa de actividades deportivas 2020/2021

La Concejalía de Deportes de San Javier tiene previsto **iniciar** la campaña de actividades deportivas municipales el próximo **lunes 14 de septiembre**, tanto las programadas por la Concejalía como aquellas convenidas con clubes o asociaciones deportivas, a excepción de aquellas actividades que por motivos de fuerza mayor (recomendación de las autoridades sanitarias y/o deportivas de la Región de Murcia o falta de instalación deportiva por reparación o limitaciones de aforo debido a la pandemia actual) no puedan iniciarse en la fecha indicada.

Actividades deportivas propias de la Concejalía de Deportes	Actividades convenidas con clubes y/o asociaciones deportivas (la inscripción y los detalles de estas actividades se hacen directamente con los clubes, NO en las oficinas del polideportivo)
<ul style="list-style-type: none">  Musculación  Actividades de fitness: <ul style="list-style-type: none"> ○ Trx. Entrenamiento en suspensión ○ Bodyfitness ○ Bootcamp ○ Ciclo Indoor ○ Indoor Walking ○ Pilates Ballet ○ Pilates ○ Minipilates ○ Pilates para mayores ○ Zumba ○ Strong Nation ○ Killer Body (entrenamiento funcional) ○ Air Streching ○ Aerobic ○ Aerodance  Actividades Acuáticas: <ul style="list-style-type: none"> ○ Nado libre ○ Natación ○ Aquagym ○ Aquaespalda ○ Actividades Acuáticas Mayores ○ Natación infantil ○ Natación bebés  Tenis  Pádel  Judo  Lucha  Danza Adultos  Danza Niños  Acondicionamiento físico  Actividad Física Mayores  Ritmo a tu ritmo  Pequesport  Programa entrenamiento personal 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Atletismo ✓ Fútbol ✓ Fútbol Sala ✓ Fútbol Playa ✓ Baloncesto ✓ Voleibol ✓ Voley Playa ✓ Balonmano ✓ Patinaje ✓ Gimnasia Rítmica ✓ Gimnasia estética de Grupo ✓ Gimnasia Correctiva ✓ Gimnasia Deportiva ✓ Yoga y potencial corporal ✓ Tiro con Arco ✓ Ajedrez ✓ Billar ✓ Taekwondo ✓ Kck Boxing ✓ Natación Competición ✓ Waterpolo ✓ Rugby ✓ Vela ✓ Piragüismo ✓ Duatlón / Triatlón <p>IMPORTANTE: Puedes consultar los clubes deportivos y sus datos de contacto en: https://deportes.sanjavier.es/clubes-deportivos/</p>

 El **programa de actividades** estará disponible en la web municipal de deportes, deportes.sanjavier.es

 Los **plazos de inscripción** serán:

- ✓ Desde el 7 de septiembre a las 9:00 horas, solo online para abonados.
- ✓ Desde el 8 de septiembre a las 9:00 horas online y en oficinas (con cita previa) solo abonados.
- ✓ Desde el 10 de septiembre a las 9:00 horas online y en oficinas (con cita previa) todos los usuarios.

 **Nuevo sistema de acceso a la sala de musculación.**

Se retoma la modalidad de tarifa única para el acceso a la sala de musculación: “abono sala de musculación”, la cual da derecho al uso ilimitado de la sala, con los siguientes condicionantes:

- ✓ Necesidad de reserva previa, via internet, del horario al que se quiera asistir. Hasta completar el aforo por turno de 1 hora y 30 minutos.
- ✓ Antelación para la realización de reserva de un máximo de 48 horas.

 **Nuevo sistema de acceso a nado libre en la piscina climatizada.**

Se crea la actividad de “abono nado libre”, la cual, con una única cuota mensual da derecho a uso ilimitado del nado libre, con las siguientes características:

- ✓ Necesidad de reserva previa, via internet, del horario al que se quiera asistir. Hasta completar el aforo de cada turno de 1 hora.
- ✓ Antelación para la realización de reserva de un máximo de 48 horas.

 **Normas específicas de actividades en la piscina climatizada.**

- ✓ Por necesidad de aforo, se restringe el acceso a los vestuarios unicamente a cursillistas, es decir, aquellos niños que no sean **autónomos en el vestuario**, de momento no podrán apuntarse a las actividades (a excepción de las actividades de bebés).
- ✓ Se recomienda el uso de las duchas del interior de la piscina para aclararse el cloro, utilizando los vestuarios lo menos posible, ya que las duchas estarán restringidas al 50%
- ✓ No se permitirá el acceso a los vestuarios con una antelación superior a 10 minutos del comienzo de la actividad.

 **Normas generales de acceso a las instalaciones:**

- ✓ Se establecerán 4 puertas de acceso al polideportivo en función de la instalación a la que se vaya a acceder para hacer uso. Cada usuario podrá acceder únicamente por aquella que le haya sido asignada a su instalación.
- ✓ Solo podrán acceder a la instalación aquellos usuarios inscritos a una actividad o con reserva de instalación.
- ✓ Todos los asistentes deben entrar con mascarilla y distancia de seguridad (sólo se prescinde de la mascarilla en el momento de la práctica deportiva)

- ✓ Todos los asistentes al alquiler deben reunirse en un punto próximo a la entrada del Polideportivo (evitando aglomeraciones en la puerta), manteniendo la distancia de seguridad, para acceder a la vez. Es recomendable llevar la hoja de control de asistencia rellena antes de pasar por el control de entrada.
- ✓ Será necesario la identificación en la puerta de entrada, presentando justificante de la reserva o de la clase a la que se dirige.
- ✓ Se recomienda no permanecer en la instalación más tiempo del necesario para la realización de la actividad.
- ✓ Se recomienda el no usar los vestuarios y duchas, viniendo preparado para la práctica deportiva desde casa, ya que el aforo es muy limitado y generará mucho tiempo de espera.
- ✓ Se controlará la puntualidad tanto para el comienzo como para la finalización de las actividades, no permitiéndose el acceso a las actividades una vez sobrepasado 5 minutos del comienzo de la misma.

NOTA: Los horarios, aforos y otros aspectos de la oferta deportiva podrán sufrir modificaciones según la evolución de la crisis sanitaria y las recomendaciones de las autoridades competentes.