

TEMPORADA 2026-2027

**“El deporte fortalece cuerpo y mente,
aporta energía y bienestar.”**



Actividad Física Mayores



Aerobic



Escalada Infantil



Gimnasia de Mantenimiento



Cross Training



Multideporte



Yoga



Patinaje Infantil

INSCRIPCIONES PRESENCIALES



Del 8 de Junio
al 30 de Junio



Lunes a viernes
10:30 a 13:30
Lunes a Jueves
18:00 a 19:15

JULIO Y AGOSTO

Inscripciones disponibles
a través de la app
SPORTTIA.COM



**PAGANDO
MATRICULA + CUOTA
SEPTIEMBRE**

**A PARTIR DEL
1 DE SEPTIEMBRE**



**VOLVEMOS DE
FORMA PRESENCIAL**



**DEJA TU PLAZA RESERVADA
Y NO TE QUEDES SIN HUECO.**



CLASES DE ESPALDA SANA

LUNES Y MIERCOLES

de 17:00 a 18:00HS

Reserva tu plaza

<https://www.sporttia.com>
ACTIVIDADES DEPORTIVAS EFIMONSER
680 81 98 21

ACTIVIDADES DEPORTIVAS

MAIRENA DEL ALJARAFE

TEMPORADA 2026-2027

¡Muévete, disfruta y mejora tu bienestar!

Actividad Física para Mayores

Gimnasia de Mantenimiento

Yoga

Aeróbic

Cross Training

Patinaje Infantil y Adultos

Escalada Infantil y Adultos

Multideporte Infantil

INSCRIPCIONES

Del 8 al 30 de junio

Lunes a viernes

10:30 a 13:30 h

Lunes a jueves

18:00 a 19:15 h

Julio y agosto:

Inscripciones online en

SPORTTIA.COM

680 81 98 21



ACTIVIDADES OUTDOOR

CROSS TRAINING

Entrenamiento funcional de alta intensidad para mejorar fuerza, resistencia y condición física general.

CUOTA	DÍAS	HORARIO
23€	L-X	18:00
23€	M-J	19:30



ESCALADA BOULDER

Actividad de escalada horizontal adaptada para niños y adultos.

CUOTA	DÍAS	HORARIO
13€	L-X	18:30 (verano)
13€	L-X	17:00 (invierno)

ADULTOS

CUOTA	DÍAS	HORARIO
23€	L-X	19:30 (verano)
23€	L-X	18:00 (invierno)



Marina Alabau (Exterior)

ACTIVIDADES INDOOR

AERÓBIC

Actividad cardiovascular al ritmo de la música mediante coreografías y ejercicios coordinados.

CUOTA	DÍAS	HORARIO
18€	L-X-V	09:00
15€	M-J	18:00
15€	M-J	19:00



GINNASIA DE MANTENIMIENTO

Actividad orientada a mejorar la movilidad, fuerza y bienestar general.

CUOTA	DÍAS	HORARIO
18€	L-X-V	09:30
18€	L-X-V	10:30
18€	L-X-V	18:00
18€	L-X-V	19:00



Pabellón Cubierto / Marina Alabau

PATINAJE INFANTIL Y ADULTOS

Iniciación y perfeccionamiento del patinaje en línea.

CUOTA	DÍA	HORARIO
18€	Viernes	18:00 - 20:00 (verano)
18€	Viernes	16:30 - 18:30 (invierno)



ADULTOS

CUOTA	DÍA	HORARIO
23€	Viernes	18:00 - 20:00 (verano)
23€	Viernes	16:30 - 18:30 (invierno)

Pistas Polideportivas Francisco León

MULTIDEPORTE INFANTIL

Actividad ideal para descubrir diferentes deportes y desarrollar habilidades motrices.

CUOTA	DÍAS	HORARIO
13€	L-X	18:30 (verano)
13€	L-X	17:00 (invierno)



Pistas Polideportivas Francisco León

ACTIVIDAD FÍSICA PARA MAYORES

Actividad especialmente diseñada para favorecer la salud y la calidad de vida de las personas mayores.

CUOTA	DÍAS	HORARIO
4€	M-J	09:30
4€	M-J	10:30
4€	M-J	11:30
4€	L-X	11:30



YOGA

Bienestar físico y mental a través de posturas, respiración y relajación.

CUOTA	DÍAS	HORARIO
28€	L-X-V	09:30
23€	L-X	20:00
23€	M-J	09:30
23€	M-J	20:00



Pabellón Cubierto / Marina Alabau

¡RESERVA TU PLAZA!

Las actividades comenzarán el
1 DE SEPTIEMBRE DE 2026

INFORMACIÓN E INSCRIPCIONES

680 81 98 21 | SPORTTIA.COM

IMPORTANTE

- Las actividades se desarrollarán al alcanzar el 50% de ocupación.
- Las bajas deberán solicitarse con al menos 5 días de antelación a la finalización del mes.

EFIMONSER SL



ENTRENAMIENTO DEPORTIVO

