

INICIO	ESPACIO	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
9:45	SALA DE USOS MÚLTIPLES	Core Tonif. Muscular	Ciclo Fitness	Core Tonif. Muscular	Ciclo Fitness	Core Tonif. Muscular
17:30	PISTA POLIDEPORTIVA	Gimnasia Rítmica	Gimnasia Rítmica (Iniciación)	Gimnasia Rítmica	Gimnasia Rítmica (Iniciación)	Gimnasia Rítmica
	SALA DE USOS MÚLTIPLES	Zumba MÚLTIPLES	Kárate (Iniciación)	Zumba MÚLTIPLES	Kárate (Iniciación)	Sevillanas
	SALA DE USOS MÚLTIPLES		Bike Core		Bike Core	
18:30	SALA INDOOR	Cross Training Abdominales	Pilates	Cross Training Abdominales	Pilates	Heavy Core GAP
19:30	SALA DE USOS MÚLTIPLES	Bailes de Salón Salsa	Kárate (Avanzado)	Bailes de Salón Salsa	Kárate (Avanzado)	
20:30	SALA DE USOS MÚLTIPLES	Bailes de Salón Salsa		Bailes de Salón Salsa		
21:00	SALA DE USOS MÚLTIPLES		Ent. Funcional Activiti Core		Ent. Funcional Activiti Core	
	SALA INDOOR	Ciclo Indoor		Ciclo Indoor		
21:30	SALA DE USOS MÚLTIPLES	Zumba		Zumba		

HORARIO DE ATENCIÓN AL PÚBLICO

LUNES A VIERNES DE 09:15 A 13:30 H Y DE 16:45 A 22:30 H
SÁBADOS 09:15 A 13:30 H Y DE 16:30 A 20:30 H
Y DOMINGOS DE 09:15 A 13:30 H

INFORMACIÓN E INSCRIPCIONES

C/ Libertador Joaquín Da Silva Xavier, 5
Tel 957 201 402- 957 760 037
imdgualquvir@imdcordoba.es
www.clubadecor.com



AYUNTAMIENTO DE CORDOBA

WWW.IMDCORDOBA.ES

I.D.M. GUADALQUIVIR

**ACTIVIDADES
2018/19**

HAZ DEPORTE EN TU BARRIO

DEPORTE ES SALUD



IDM GUADALQUIVIR



SALA DEPORTIVA CUBIERTA

Entrena el deporte que te gusta con el respaldo de IMDECO

CORE/TONIFICACIÓN MUSCULAR

NORMAL	CARNET JOVEN	FAM. NUMER	PENSIONISTA
22,70€	19,30€	18,20€	11,40€
GRUPO	DÍAS	HORARIO	
CT1	L, M, V	9:45 H - 10:45 H	

CICLO/FITNESS

NORMAL	CARNET JOVEN	FAM. NUMER	PENSIONISTA
16,10€	13,70€	12,90€	8,10€
GRUPO	DÍAS	HORARIO	
CF1	M, J	9:45 H - 10:45 H	

CROOS TRAINING/ABDONIMALES

NORMAL	CARNET JOVEN	FAM. NUMER	PENSIONISTA
18,10€	15,40€	14,50€	9,10€
GRUPO	DÍAS	HORARIO	
CA1	L, X	18:30 H - 19:30 H	

ENTRENAMIENTO FUNCIONAL/ACTIVITI CORE

NORMAL	CARNET JOVEN	FAM. NUMER	PENSIONISTA
18,10€	15,40€	14,50€	9,10€
GRUPO	DÍAS	HORARIO	
EA1	M, J	20:30 H - 21:30 H	

CICLO INDOOR

NORMAL	CARNET JOVEN	FAM. NUMER	PENSIONISTA
21,30€	18,20€	17,10€	10,70€
GRUPO	DÍAS	HORARIO	
CI1	L, X	21:00 H - 22:00 H	

BIKE + CORE

NORMAL	CARNET JOVEN	FAM. NUMER	PENSIONISTA
21,30€	18,20€	17,10€	10,70€
GRUPO	DÍAS	HORARIO	
BC1	M, J	17:30 H - 18:30 H	

ZUMBA/CORE

NORMAL	CARNET JOVEN	FAM. NUMER	PENSIONISTA
18,10€	15,40€	14,50€	9,10€
GRUPO	DÍAS	HORARIO	
ZC1	L, X	17:30 H - 18:30 H	

ZUMBA

NORMAL	CARNET JOVEN	FAM. NUMER	PENSIONISTA
18,10€	15,40€	14,50€	9,10€
GRUPO	DÍAS	HORARIO	
ZU	M, X	21:30 H - 22:30 H	

PILATES

NORMAL	CARNET JOVEN	FAM. NUMER	PENSIONISTA
21,30€	18,20€	17,10€	10,70€
GRUPO	DÍAS	HORARIO	
PI1	M, J	18:30 H - 19:30 H	

BAILES DE SALÓN

NORMAL	CARNET JOVEN	FAM. NUMER	PENSIONISTA
21,30€	18,20€	17,10€	10,70€
GRUPO	DÍAS	HORARIO	
BS1	L, X	19:30 H - 20:30 H	
BS2	L, X	20:30 H - 21:30 H	

SEVILLANAS

NORMAL	CARNET JOVEN	FAM. NUMER	PENSIONISTA
11,00€	9,40€	8,80€	5,50€
GRUPO	DÍAS	HORARIO	
SE1	V	17:30 H - 18:30 H	

HEAVY CORE/GAP

NORMAL	CARNET JOVEN	FAM. NUMER	PENSIONISTA
11,00€	9,40€	8,80€	5,50€
GRUPO	DÍAS	HORARIO	
HG1	V	19:30 H - 20:30 H	

FÚTBOL 7. CESPED ARTIFICIAL

ACTIVIDAD	PRECIO
HORA ADULTO	42,70€
HORA ADULTO MAÑANAS LUNES A SÁBADOS	28,50€
HORA ADULTO ARRENDAMIENTO CONTINUADO	36,40€
HORA INFANTIL	28,00€
ABONADOS HORA ADULTO	36,40€

PISTA POLIDEPORTIVA

ACTIVIDAD	PRECIO
HORA PISTA COMPLETA	30,50€
HORA PISTA COMPLETA + LUZ	36,50€
HORA PISTA COMPLETA MAÑANAS (L - S)	20,50€
HORA PISTA COMPLETA A PARTIR DE LAS 22:30H	30,50€
ABONADOS PISTA COMPLETA	30,50€
HORA PISTA COMPLETA INFANTIL	19,00€
HORA 1/3 DE PISTA	19,50€
HORA 1/3 DE PISTA INFANTIL	10,50€
HORA 2/3 DE PISTA	26,60€
HORA 2/3 DE PISTA INFANTIL	16,30€
SUPLEMENTO 1 HORA DE LUZ	6,00€

Arrendamientos para eventos y acontecimientos (Solicitar Presupuesto)

SALA MUSCULACIÓN Y CARDIO

A PARTIR DE 16 AÑOS

HORARIOS

MARTES A VIERNES
LUNES A VIERNES
SÁBADO
DOMINGO

DE 9:15 A 13:30 H
DE 16:45 A 22:30 H
DE 9:15 A 13:30 H
DE 16:30 A 20:00 H
DE 9:15 A 13:30 H

Nota: los/as abonados/as que estén interesados tendrán a su disposición un Técnico Especialista para elaborar entrenamientos individualizados y su seguimiento.

HORA DE SALA DE MUSCULACIÓN – HORARIO LIBRE 4,00 €

PÁDEL. 2 PISTAS

ACTIVIDAD	PRECIO
1 HORA	10,00€
1 HORA + LUZ	12,00€
1,5 HORAS	15,00€
1,5 HORAS + LUZ	18,00€
1 HORA MAÑANAS Y FINES DE SEMANA	8,00€

MAÑANAS 2X1 (DE LUEÑS A VIERNES) Pagando la primera hora la segunda gratis

SAUNA

ACTIVIDAD	PRECIO
1 HORA INDIVIDUAL	5,50€

HORARIOS: LOS DE APERTURA DE LA INSTALACIÓN.
DÍAS DE USO: MUJERES: L-X-V HOMBRES: M-J-S

INSCRIPCIONES

Se podrán formalizar las inscripciones en las oficinas de las instalaciones Deportivas Municipales "Guadalquivir"
Se establece una cuota de inscripción de 8,00€

RENOVACIONES

La renovación de la mensualidad siguiente deberá abonarse entre los días 20 al 30 del mes anterior. El no realizar el pago en estas fechas supone la pérdida de la plaza en la modalidad contratada.

PRECIOS PÚBLICOS

Aprobados por el Excmo. Ayuntamiento

ACTIVIDADES INFANTILES

KARATE DE 6 A 18 AÑOS

NORMAL		FAM. NUMER
14,90€		12,00€
GRUPO	DÍAS	HORARIO
KA1	M, J	17:30 H - 18:30 H
KA2	M, J	19:30 H - 20:30 H

GIMNASIA RÍTMICA DE 6 A 14 AÑOS

NORMAL	FAM. NUMER	DÍAS
16,50€	13,20€	2
23,20€	18,60€	3
GRUPO	DÍAS	HORARIO
GR1	L, M, V	17:30 H - 18:30 H
GR2	M, J	17:30 H - 18:30 H

FORMA DE PAGO

La forma de pago será por Datafono en la propia instalación o transferencia bancaria al n.º de cuenta BBK- BANK- CAJASUR ES51.0237.0210.30.9171248816

ABONADO GUADALQUIVIR

Sala de musculación/cardiovascular y sauna
Todas las actividades dirigidas en cualquier horario
Precios especiales en arrendamiento de espacios deportivos

25€

¡TODO INCLUIDO!

y además podrás beneficiarte de los descuentos por Pensionista, carnet joven y Familiar
¡Consultanos! desde... 12,50€ al mes sin permanencia

ABONADO FAMILIAR

Acceso a todas las actividades en horario de mañana y tarde, Sala de Musculación y Cardiovascular, Sauna

2 PAX
40€
MES

3 PAX
55€
MES

4 PAX
65€
MES



Sobre esta modalidad no se aplicarán otros descuentos