



PROGRAMA DE ACTIVIDADES DEPORTIVAS

CURSO 23-24



COMARCA DEL

matarraña

DPTO. DE DEPORTES

*apíntate
ahora*



HAZ DEPORTE, HAZ UNA VIDA SALUDABLE



↪ Las actividades deportivas de la Comarca del Matarraña **empezarán el 2 de octubre de 2023 y finalizarán el 7 de junio de 2024**

↪ Si una vez iniciada la actividad y durante el curso descende la asistencia, la Comarca **estudiará la viabilidad** de la misma, pudiendo interrumpir el desarrollo de la actividad.

↪ Las clases del **MES DE JUNIO** se realizarán sin ningún coste para el usuario y vendrán a compensar las clases que se pueden perder durante el curso por causas relacionadas con la entidad comarcal.

↪ Las clases que se pierdan por motivos ajenos a la Comarca **NO SE RECUPERARÁN.**

↪ Las actividades tendrán **una duración de 8 meses** divididas en dos cuatrimestres.

↪ **CUOTAS.** Se fraccionarán en dos cuatrimestres. El cobro se efectuará anticipadamente a lo largo del primer mes de cada cuatrimestre.

- El primero de Octubre a Enero
- El segundo de Febrero a Mayo.

↪ **DEVOLUCIÓN DE CUOTAS:** Se devolverán las cuotas cuando por motivos propios de la Comarca del Matarraña/Matarranya no se puedan realizar las actividades y cuando la causa de la baja sea debidamente justificada. **Imprescindible notificar la baja por escrito.**

↪ **ALTAS EN ACTIVIDAD:** Las altas que se realicen una vez iniciado el curso, deberán abonar la parte proporcional a los meses restantes del cuatrimestre.

↪ **BONIFICACIONES: (OBLIGATORIO PRESENTACIÓN DNI O CARNET DE FAMILIA NUMEROSA)**

- FAMILIA NUMEROSA: 25% descuento (adultos y niños)
- MAYORES DE 65 AÑOS: 25% de descuento.

↪ **HORARIOS ACTIVIDADES.** El Departamento de Deportes avisará a los inscritos del comienzo de las actividades, **indicando los días y horas de realización.**

↪ **INSCRIPCIÓN:**

- Rellenando y firmando la hoja de inscripción que se adjunta, o a través de la pagina web.

(<http://www.comarcamatarranya.es>)

- Se podrá entregar la hoja de inscripción en:

- Los Ayuntamientos
- En el Dpto. de Deportes de la Comarca del Matarraña.
- Por correo electrónico a

deportes@matarranya.org

deportesmatarranya@gmail.com

Fecha límite de Inscripción

24 de Septiembre de 2023



ACTIVIDADES ADULTOS



PILATES
GIMNASIA DE MAYORES
GIMNASIA DE MANTENIMIENTO
GIMNASIA SALUDABLE EN SILLAS

1h/semana 26,44€ cuatrimestre
2h/semana 44,08€ cuatrimestre

G.A.P

1h/semana 35,28€ cuatrimestre
2h/semana 52,90€ cuatrimestre



ESCALADA
PREPARACIÓN FÍSICA

1h/semana 35,28€ cuatrimestre



YOGA

1h/semana
70,52€ cuatrimestre



ACTIVIDADES ESCOLARES

MULTIDEPORTE



BALONCESTO

ATLETISMO

VOLEIBOL

TENIS

1h/semana

35,28€ cuatrimestre

AJEDREZ

FÚTBOL SALA



PICKLEBALL

ESCALADA (A partir de 6 años)

(Viernes por la tarde)



PATINAJE

1h/semana 44,08€ cuatrimestre

CALENDARIO ACTIVIDADES DEPORTIVAS CURSO 2023-2024

OCTUBRE						
L	M	X	J	V	S	D
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

NOVIEMBRE						
L	M	X	J	V	S	D
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30			

DICIEMBRE						
L	M	X	J	V	S	D
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

ENERO						
L	M	X	J	V	S	D
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

FEBRERO						
L	M	X	J	V	S	D
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29			

MARZO						
L	M	X	J	V	S	D
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

ABRIL						
L	M	X	J	V	S	D
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30					

MAYO						
L	M	X	J	V	S	D
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

JUNIO						
L	M	X	J	V	S	D
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30



Festivos



Vacaciones Navidad del 25 de Diciembre al 5 de Enero



Vacaciones Semana Santa del 28 de marzo al 5 de Abril

ACTIVIDADES PUNTUALES

MARCHA SENDERISTA TORRE DE ARCAS
10 DE MARZO

CROSS COMARCAL ALBERGE DE CRETAS
17 DE MARZO

JORNADA DE CONVIVENCIA
ACTIVIDADES ADULTOS
11 DE JUNIO

FIN DE CURSO DE PATINAJE
11 DE JUNIO

Torneos de Datchball, Atletismo, Fútbol Sala, ...

INFORMACIÓN E INSCRIPCIONES

COMARCA DEL MATARRAÑA/MATARRANYA.

Departamento de Deportes.

Avda. Cortes de Aragón, 7

44580 Valderrobres (Teruel)

Teléfonos: 978.890.883— 660.483.677

Fax: 978.850.497

www.comarcamatarranya.es



[comarcamatarrañadeportes](https://www.facebook.com/comarcamatarrañadeportes)



Instagram

[deportesmatarranya](https://www.instagram.com/deportesmatarranya)

deportes@matarranya.org

deportesmatarranya@gmail.com

Arens de Lledó

Beceite

Calaceite

Cretas

Fórnoles

La Fresneda

Fuentespalda

Lledó

Mazaleón

Monroyo

**Peñarroya de
Tastavins**

La Portellada

Ráfales

Torre de Arcas

Torre del Compte

Valdeltormo

Valjunquera

*Se puede obtener el folleto y la hoja de inscripción en la [pagina web](http://pagina.web).

www.comarcamatarranya.es

TODAS LAS ACTIVIDADES SE PODRÁN REALIZAR EN CUALQUIERA DE ESTOS MUNICIPIOS DE LA COMARCA DEL MATARRAÑA.