

PROGRAMA FITNESS 2017/18

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
9:15	AEROBIC	TONIFICACIÓN	STEP	CIRCUITO/AEROBIC	GAP
10:15	AEROBIC/CIRCUITO	STEP	TONIFICACIÓN	GAP	AEROBIC
17:00	TONIFICACIÓN	GAP	AEROBIC	STEP	CIRCUITO/AEROBIC

PROGRAMA FITNESS	21 € MENSUAL / 52 € TRIMESTRAL
-------------------------	---------------------------------------

DESEMPLEADOS (50%)	DESCUENTO UNIVERSITARIO (20%)
--------------------	-------------------------------

DESCRIPCIÓN DE LAS ACTIVIDADES

- **AEROBIC:** Sesiones dirigidas al trabajo cardio-vascular
- **TONIFICACIÓN:** Refuerzo muscular en general
- **STEP:** Trabajo cardio-vascular sobre una base
- **CIRCUITO:** Varios grupos de diferentes ejercicios en rotación, trabajando la psicomotricidad
- **GAP:** Trabajo enfocado a los grandes grupos musculares (glúteos, abdomen y piernas)

NORMATIVA PARA LOS USUARIOS

- Los usuarios deberán tener efectuado el pago antes de iniciar las actividades, en caso contrario no se permitirá la asistencia a las clases.
- Una vez recogida la autoliquidación del Departamento de Hacienda, el usuario esta obligado a efectuar el ingreso de la cuota de la actividad.
- Si el usuario decide abandonar la actividad deberá informarlo en las dependencias de la Delegación Municipal de Deportes, si no fuese así, se contabilizará como no abonado.
- La Delegación Municipal de Deportes no tiene capacidad de sustitución de monitores en caso de enfermedad de alguno de ellos.
- La Delegación Municipal de Deportes se exime de cualquier lesión o perjuicio que, por motivos de salud, puedan derivarse de la participación en las distintas actividades deportivas.
- Sólo se podrá aplicar un descuento sobre la cuota de la actividad por usuario, y deberá ser acreditado con la documentación oportuna a tal efecto.
- Las bonificaciones sólo se aplicarán en las cuotas NO PENSIONISTAS, siendo no acumulables.
- Formas de pago: ANUAL (Septiembre a Junio), TRIMESTRAL (Octubre a Diciembre, Enero a Marzo, Abril a Junio), SEMESTRAL (Enero a Junio)
- Las clases de la monitora SUSANA finalizarán el 31 de Marzo de 2018.
- No está permitido realizar actividades deportivas en las instalaciones sin la presencia y control de los monitores.
- Los cambios de clases tanto permanentes como puntuales o esporádicas deben realizarse con notificación previa en la oficina, y siempre y cuando existan plazas vacantes.
- Conforme a la Ley Orgánica 15/1999 de Protección de Datos de Carácter Personal, le informamos que sus datos personales serán incorporados a un fichero propiedad de la Delegación Municipal de Deportes del Excmo. Ayuntamiento de La Línea de la Concepción, cuya finalidad es la gestión de datos de contacto necesarios para el mantenimiento y gestión de la oferta deportiva. Autoriza expresamente a esta Delegación para enviarle información relativa a la oferta deportiva. Los datos incorporados a éste fichero podrán ser cedidos para el ejercicio de las competencias administrativas. En cualquier momento podrá ejercer su derecho de acceso, rectificación, oposición y cancelación de los datos dirigiéndose por escrito a las dependencias de la Delegación Municipal de Deportes, sita en Avda. del Ejército S/N, 11300 La Línea de la Concepción (Cádiz).