



CATÁLOGO DE ACTIVIDADES CULTURALES Y DEPORTIVAS



TEMPORADA
2020-2021

DEPORTE Y SALUD PARA MAYORES

COMIENZO 1 DE SEPTIEMBRE



HORARIO DE MAÑANA: (Casa de la cultura Alalpardo)

➤ 11:40 a 12:30 → Lunes, Miércoles y Jueves

Sesiones de acondicionamiento físico para mayores. Entrena de forma segura y divertida. Cursos con aforo limitado, nuevas inscripciones con prueba de acceso según plazas disponibles.

GLOBAL TRAINING VALDEOLMOS Y ALALPARDO

COMIENZO
1 de
SEPTIEMBRE



HORARIOS

Mañana:

9:30 - 10:30 horas

10:30 - 11:30 horas

Lunes, martes, miércoles y jueves.

Casa de la Cultura de Alalpardo

Tarde:

19:00 - 20:00 horas

20:00 - 21:00 horas

21:00 - 22:00 horas

Lunes, martes, miércoles y jueves.

Casa de la Cultura de Alalpardo

Precio: 25€

Los horarios se rigen por el calendario escolar.

Estos pueden sufrir modificaciones a lo largo del curso.

EN FORMA

Disfruta de un entrenamiento definitivo. Enfocado totalmente a la mujer. Un entrenamiento inestable con circuitos de tonificación, cardiovasculares, Pilates, fitball y GAP donde alcanzarás la mejor forma física.

NORMAS:

Es recomendable el uso de calzado y vestuario adecuado para la sesión deportiva, así como, hidratarse durante y después de la clase.

Se ruega ser puntual, ya que no se permitirá la entrada a clase 10 minutos después del comienzo de la misma.

Se ruega no tener encendidos los teléfonos móviles, en el caso de ser necesario, manténgalo en silencio.

CLASES DE DIBUJO Y PINTURA ADULTOS Y NIÑOS

Curso 20/21



**COMIENZO DE LAS CLASES 1 DE OCTUBRE DE 2020
HORARIO**

ADULTOS Martes: 10h-12h ó 12h-14h ó 17:30 h-19:30h

NIÑOS Miércoles ó Jueves de 18 h a 19:30h

Las clases se imparten en la antigua clínica de Alalpar

Precio adultos: Empadronados 37€

No Empadronados 39€

Precio niños: 33€



Actividades de las Aulas Culturales

Valdeolmos-Alalpardo

CURSO 2020 - 2021

PINTURA - FECHA DE INICIO 1 DE OCTUBRE 2020

Etapa	Días	Horario	Lugar	Precio/mes
Adultos	Martes	10:00 - 12:00 h 12:00 - 14:00 h 17:45 - 19:45 h	Antigua Clínica	Adultos: Empadronado 37 € No empadronado 39 €
Niños	Miércoles o Jueves	18:00 - 19:30 h	Antigua Clínica	Niños 33 €

PERCUSIÓN - FECHA DE INICIO 1 DE SEPTIEMBRE 2020

Etapa	Días	Horario	Lugar	Precio/mes
Adultos	Martes Jueves	16:30 - 22:00 h 11:30 - 22:00 h	Casa de la Cultura 1ª Planta	50 € + sesión complementaria

PIANO - FECHA DE INICIO 1 DE SEPTIEMBRE 2020

Etapa	Días	Horario	Lugar	Precio/mes
(Adultos y niños)	Lunes Martes Jueves y Viernes	16:30 - 20:00 h	Casa de la Cultura Camerino	Niños: Hasta 12 años 30 € 12 - 18 años 35 € Adultos 40 €

INSCRIPCIÓN:

Rellenando la correspondiente Ficha de Inscripción que se facilitará en las Dependencias Municipales y entregándola, en las mismas, antes del 30 de agosto o directamente en los locales en los que se desarrollará la actividad durante las horas de realización de las mismas.

Los alumnos deberán abonar, en concepto de reserva, la cantidad correspondiente a una mensualidad, que será compensado en el último mes de clase o servirá de compensación al profesor en caso de baja anterior a la finalización del curso.

Se considera alumno infantil a los menores de 12 años a fecha de inscripción.

Escuela de TENIS Y PÁDEL

**Pádel
Infantil 32€**

máx 6 niños en pista

Disponibilidad de recogida
de niños en colegios

**Pádel
Adulto 42€**

máx 4 personas en pista

**2 HORAS
SEMANALES**

CLASES PARTICULARES

Para más información sobre clases,
eventos, competiciones y servicios
visita nuestra web

www.clubraquetavalpardo.com

David Cabrero - Pádel
681 168 207

INICIO DE ESCUELA

1 de Octubre

¡NO TE LO PIERDAS!

**30€ Tenis
Infantil**

máx 6-8 niños en pista

Disponibilidad de recogida
de niños en colegios

**37€ Tenis
Adulto**

máx 6 personas en pista

**“Pruebas de nivel del 21 al 24
de Septiembre de 2020
(Consultar previamente horario
por teléfono)”**

Raúl Pico - Tenis
608 787 880

C/Alcalá, 21 Polideportivo municipal de Alalpardo

Asociación Cultural VALAMI

ACTIVIDADES 2020 - 2021



FECHA DE INICIO 15 DE SEPTIEMBRE

ACTIVIDADES	DÍAS	HORARIO	LUGAR	PRECIOS
Zumba	L y X	20:00 - 21:00 h	Pabellón	22 €
Pilates Mañana	L, X y V	12:30 - 13:30 h	Casa Cultura Alalp.	33 €
Pilates Tarde 1	M y J	19:00 - 20:00 h	Pabellón	22 €
Pilates Tarde 2	M y J	20:00 - 21:00 h	Pabellón	22 €
Pilates Tarde 3	M y J	21:00 - 22:00 h	Pabellón	22 €
Pilates Tarde 4	L y X	21:00 - 22:00 h	Pabellón	35 €
Kundalini Yoga	Lunes	18:30 - 20:00 h	Local VALAMI	25 €
	Lunes	20:00 - 21:30 h	Local VALAMI	25 €
Bailes de Salón	Sábado	19:00 - 21:00 h	Local VALAMI	24 €
Hipopresivos	M y J	17:15 - 17:45 h	Local VALAMI	22 €
	M y J	18:00 - 18:30 h	Local VALAMI	22 €
Gimnasia	L y X	20:00 - 21:00 h	Pabellón	22 €
Circuito de Tonificación	M y J	20:00 - 21:00 h	Pabellón	22 €
Body Jump	L y X	19:00 - 20:00 h	Pabellón	22 €

El horario y las actividades son orientativos, y están sujetos a posibles modificaciones en función de la organización y necesidades.

Las personas que no hayan abonado la cuota anual de 27€ no podrán asistir a ninguna actividad. Esta cuota bajo ningún concepto será reintegrada.

No se podrá dar de baja una persona, del abono del pago mensual, salvo justificación médica.

HORARIO DE ATENCIÓN AL PÚBLICO: CENTRO CÍVICO (Plaza de la Comunidad, 1)
DEL 1 AL 11 DE SEPTIEMBRE : DE LUNES A JUEVES DE 18:00 A 20:00 HORAS.

TELÉFONOS: FRANCISCA : 699137123 / PALOMA : 620934240

CORREO ELECTRÓNICO: asociacionvalami@yahoo.es



- **SEGURIDAD**
- **AUTOCONTROL**
- **GESTIÓN DE LAS EMOCIONES.**



- **DESARROLLO**
- **PSICOMOTRICIDAD**
- **MEJORA FÍSICA**



- **INTEGRACIÓN**
- **DESARROLLO SOCIAL**
- **JUEGO**



- **COMPAÑERISMO**
- **RESPECTO**
- **CONSTANCIA**



- **AUTODEFENSA**

ENTRENAMOS DEPORTISTAS, FORMAMOS PERSONAS

GRUPOS DE JUDO MUNICIPAL

HORARIOS Y PRECIOS:

E. Infantil -1º E. Primaria martes –jueves 16:30 a 17:30h. 26 €/ mes

LUGAR: SALA PSICOMOTRICIDAD C. P. RAMÓN LINACERO

2º a 6º E. Primaria viernes de 16:30 a 18:00h. 22 €/mes

+ 12 AÑOS viernes de 18:15 a 20:00h. 30 €/mes

LUGAR: PABELLÓN JUAN ANTONIO CORBALAN

PREINSCRIPCIONES: fraimor@fraimor.com

COMIENZO DE LA ACYIVIDAD 1 Y 2 DE OCTUBRE SEGÚN GRUPO.

ACTIVIDADES

EXTRAESCOLARES

Ayuntamiento

Valdeolmos - Alalpardo

2020/2021

Preinscripciones hasta el 25 de Septiembre
Comienzo de actividades 1 de Octubre

ACTIVIDAD	PRECIO	CURSO	DIAS	HORARIO
Peque deporte	24€/mes	Infantil	L-X	16:30 a 17:30
Peque patinaje	24€/mes	Infantil	L-X	16:30 a 17:30
Patinaje	24€/mes	Primaria	L-X	16:30 a 17:30
Inglés	24€/mes	Infantil	M-J	16:30 a 17:30
G.Rítmica Minis	24€/mes	Infantil	M-J	16:30 a 17:30
G.Rítmica	24€/mes	Primaria	M-J	16:30 a 17:30
Voley	24€/mes	Primaria	M-J	16:30 a 17:30
Robótica pequeños	30€/mes	1º 2º 3º	X	16:30 a 17:30
Robótica mayores	30€/mes	4º 5º 6º	L	16:30 a 17:30

CONSULTAR DESCUENTOS Y CONDICIONES

NO SE DEBERÁ REALIZAR NINGÚN PAGO HASTA LA CONFIRMACIÓN DE LA PLAZA POR MAIL.

LAS ACTIVIDADES SALDRÁN ADELANTE CON UN MÍNIMO DE 10 PARTICIPANTES

LOS HORARIOS PODRÁN VERSE MODIFICADOS EN BENEFICIO DE LA ACTIVIDAD Y SUS PARTICIPANTES.

WWW.CGRALGETE.ES

ORGANIZA: **CGR ALGETE** – COLABORA: **AYUNTAMIENTO DE VALDEOLMOS - ALALPARDO**

TELEFONOS: **687 94 42 98 – 605 03 63 59**

HORARIO DE LLAMADAS: **DE LUNES A VIERNES DE 11h A 13h Y DE 16h A 18h**

+ INFORMACIÓN E INSCRIPCIONES EN: cgra.alalpardo@gmail.com

***CONSULTAR CONDICIONES GENERALES DE CADA ACTIVIDAD**



Comenzamos

1 DE OCTUBRE

¡Plazas limitadas!

**APÚNTATE
YA**

**CLUB DE PATINAJE
ARTÍSTICO**

SKATEDANCE

Alumnos del cole
Ramón Linacero:
16.30 a 17.30

**LUGAR: COLEGIO RAMÓN LINACERO
(ALALPARDO)**

DIAS: MARTES Y JUEVES

 :626380460

 :SKATEDANCE.20@GMAIL.COM

 :SKATEDANCE20



FITNESS GENERAL

Aerobic, GAP,
entrenamiento
funcional y
más.



A partir del
1 de
septiembre.

Martes y jueves
a las 20h, en el
edificio
administrativo
de Valdeolmos.



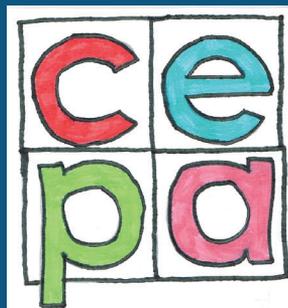
Susana
616866199

ABIERTO EL PERÍODO DE MATRICULACIÓN

OFERTA EDUCATIVA EN VALDEOLMOS-ALALPARDO

- Enseñanzas Iniciales (Primaria de adultos): UN POCO DE LENGUA, UN POCO DE INGLÉS, DE MATEMÁTICAS Y DE INFORMÁTICA.

EN LA ANTIGUA CLÍNICA RURAL (AL LADO DEL AMBULATORIO)



ATALAYAS

ESTAMOS EN:

ALALPARDO, ALGETE, COBEÑA, EL MOLAR, EL VELLÓN, FUENTE EL SAZ, PEDREZUELA, SAN AGUSTÍN DE GUADALIX, TALAMANCA, VALDETORRES

CONTACTO

918412095-608509980

cepa.elmolar@educa.madrid.org



FONDO SOCIAL EUROPEO



CONSEJERÍA DE EDUCACIÓN
COMUNIDAD DE MADRID



ENTRADA LIBRE
Y GRATUITA

SOLO PARA EMPADRONADOS

LUNES DE 18:30 - 20:00

DEL 1 DE SEPTIEMBRE AL FIN DEL
CURSO ESCOLAR

SALA DE CRISTAL EN CASA DE CULTURA DE ALALPARDO
C/ EGIDOS, 8 28130 ALALPARDO



ACTIVIDAD EXTRAESCOLAR

TALLER DE MANUALIDADES

ETAPA	DIAS	HORARIO	PRECIO
Infantil y primaria	Martes y jueves	16:30 a 17:30	25€/ mes

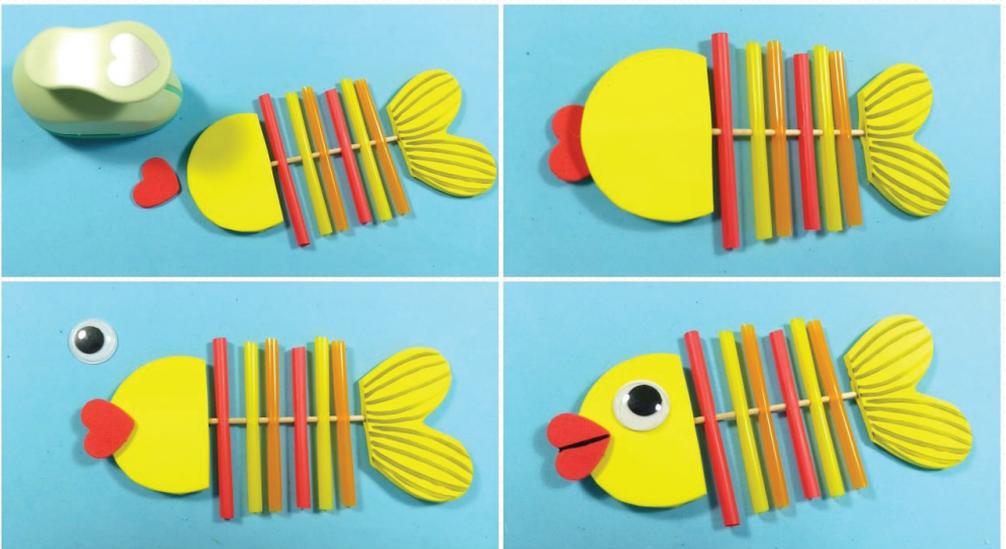
Ceip Ramon Linacero ,comienzo de las clases octubre

Para inscribirse enviar correo a : asun3p@gmail.com con los siguientes datos:

Nombre y apellidos:

Curso:

Teléfono:



ESCUELA DE PÁDEL VALDEOLMOS-ALALPARDO

C/ CAMINO DE LA FUENTE, S/N VALDEOLMOS
PISTA 1

PREPÁDEL

5 y 6 años

MAX. 6 ALUMNOS POR CLASE

PÁDEL INICIACIÓN

de 7 a 10 años

MAX. 4 ALUMNOS POR CLASE

PÁDEL NIÑOS

de 11 a 14 años

MAX. 4 ALUMNOS POR CLASE

PÁDEL SENIOR

MAX. 4 ALUMNOS POR CLASE

CURSO 2020/2021

PLAZAS LIMITADAS

CLASES
DESDE
20€

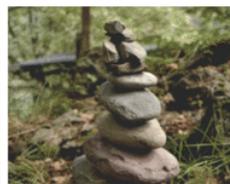
INICIO DEL CURSO 13/09/2020

PRUEBAS DE NIVEL 9 Y 10/09/2020



CARLOS: 609 23 89 14

ENTRENADORES TITULADOS
F.E.P. FEDERACIÓN ESPAÑOLA PÁDEL
A.P.A. ASOCIACIÓN ARGENTINA DE PÁDEL



Clase gratuita Prueba Jueves 10 de Septiembre 19h

EQUILIBRA CUERPO, MENTE Y ESPIRITU

Aprende a gestionar el estrés con estas clases de 1h 15min para todos los niveles, donde trabajaremos posturas de fuerza y equilibrio, ejercicios de respiración y relajación completa. Saldrás llen@ de energía

Un rato para ti donde fortalecer tu salud

COMENZAMOS 15-9 EN EL EDIFICIO ADMIN VALDEOLMOS

GRUPOS: PRESENCIAL - INTERNET EN ZOOM

1 DIA SEMANA 25€ / 2 DIAS 35€

MARTES Y JUEVES 18:45 A 20H



MADAY 635668400

WWW.MADAYMESA.ES



TALLER DE PERCUSION LATINA

BATERIA, TECLADO, TROMPETA

LENGUAJE MUSICAL, CANTO

Profesor Cubano
José Luis Gonzalez (Jochi)

Septiembre a Junio 2020-2021

Martes: 11:30 a cierre

Jueves: 11:30 a cierre



Si quieres divertirte mientras estudias música, apúntate

INFORMACIÓN E INSCRIPCIÓN:

Jochi Gonzalez: Tel 617923389

Ayto de Alalpardo: Tel 916202153



Ayto. Valdeolmos - Alalpardo

CENTRO CULTURAL DE ALALPARDO



ASOCIACION MUNDO ARTE SOSTENIBLE

ACTIVIDADES SOCIO-CULTURALES 2020/2021

Inicio 1 de septiembre

EXPOSICIÓN-ENCUENTRO PICTÓRICO LITERATO FOTOGRAFICA INCLUSIÓN DE OBRAS Y ARTISTAS TODOS LOS SÁBADOS

**GRUPO DE TEATRO
VALDEOLMOS-ALALPARDO
VIERNES 18H A 20H
Y SÁBADOS 11H A 13H**

25€ MENSUALES

TALLER DE LECTURA Y ESCRITURA MARTES Y JUEVES 18H A 19H

ASOCIACIÓN MAS MUNDO ARTE SOSTENIBLE EDIF.
ADMINISTRATIVO AYUNTAMIENTO VALDEOLMOS-ALALPARDO
ASOCMASPLUS@GMAIL.COM +34 691575890



ACTIVIDADES DEPORTIVAS 2020/2021

Inicio 1 de septiembre

PREPILATES 6 A 12 AÑOS
PILATES JUVENIL DESDE 13 AÑOS
PILATES CON IMPLEMENTOS
DE 9.30H A 10.30H



**MÓNICA CERTIFICADA
A NIVEL INTERNACIONAL
POR INTEGRATED BALANCE
PILATES EDUCATION**



**30€
mensuales**

**PILATES Y DEPORTE PARA MAYORES
DE 10.30H A 11.30H**

ASOCIACIÓN MAS MUNDO ARTE SOSTENIBLE
EDIF. ADMINISTRATIVO AYUNTAMIENTO VALDEOLMOS-ALALPARDO
ASOCMASPLUS@GMAIL.COM +34 691575890



Bonos de nado libre

Nadar por tu cuenta es otra opción, adquiere los bonos de nado libre en la conserjería del centro y disfruta de la piscina sin tener una obligación. Estos bonos son para el vaso deportivo y de carácter personal e intransferible.

Duración: 10 o 20 baños.

Ratio: hasta 6 personas por calle.

Horario:

Tarde de L a V de 18:30h a 20:15h

Sábados de 9:45h a 13:30h.

	BONOS 10 BAÑOS			BONOS 20 BAÑOS		
	Empadronado	No empadronado	Alumnos del colegio	Empadronado	No empadronado	Alumnos del colegio
De 12 a 18 años	25€	35€	20€	40€	65€	30€
De 18 a 59 años	38.20€	45 €		63.75€	75€	
Mayor de 60 años y pensionistas	15€	20 €		25€	35€	
Personas con discapacidad reconocida del 33%	15€	20€		25€	35€	
Personas con discapacidad reconocida del 34% al 65%	12€	17€		20€	30€	
Personas con discapacidad reconocida mayor del 65%	Gratis para el usuario y el acompañante	13€		Gratis para el usuario y el acompañante	23€	

- Los bonos de baños son para uso de las calles de nado libre en el horario estipulado para el mismo.
- Son de carácter personal e intransferible.



Escuela de baloncesto

Disciplina deportiva que permitirá al alumnado iniciarle en los fundamentos de este deporte: reglas básicas, posiciones, bote, dobles, personales... Además le ayudará a adquirir una cultura deportiva y poder participar de un deporte colectivo donde se favorece y potencia el desarrollo integral del alumnado y se trabajan aspectos como rutinas, compromiso, responsabilidad, compromiso, trabajo en equipo, esfuerzo, respeto...

La metodología utilizada se basará en la enseñanza de objetivos deportivos, técnicos y emocionales.

Etapa	Días	Horario	Precio
Minibasket 1º a 2º Primaria	M - J	17:00h a 18:00h.	16€/mes Empadronados 14€/mes
Benjamín 3º y 4º Primaria	M - J	17:00h a 18:00h.	Federados: Empadronados 31€/mes Sin empadronar: 36€/mes
Alevín 5º y 6º Primaria	M - J	17:00h a 18:30h.	NO federados: Empadronados 21€/mes Sin empadronar: 24€/mes
Infantil A partir de 6º Primaria	M - J	17:30h a 19:00h.	

*Comienzo pretemporada: federados (septiembre) / no federados (octubre).

*La equipación se abonará aparte con el primer cargo trimestral.



Escuela de tenis y pádel

Disciplinas deportivas individuales que permiten al alumnado disfrutar de las instalaciones deportivas municipales. En estas disciplinas, el alumnado podrá adentrarse en la técnica y táctica de ambos deportes.

En ambos deportes se lleva a cabo una metodología adaptada y que parte de las diferentes edades en las que se encuentran los niños/as (iniciación, familiarización y perfeccionamiento) permiten al alumnado divertirse aprendiendo, trabajar su coordinación y sus habilidades, establecer los fundamentos técnicos y tácticos de este deporte, adquirir valores y cultura propia de este deporte.

Etapa	Días	Horario	Precio
Tenis			
1 día	L-M-X-J	12:40h a 13:40h. 17.00h a 18.00h.	33€/mes Empadronados 28€/mes
2 días	L-X	12:40h a 13:40h. 17.00h a 18.00h.	45€/mes Empadronados 38€/mes
	M-J	12:40h a 13:40h. 17.00h a 18.00h.	
Pádel Escolar 1 día			
1 día	De L a V	12:40h a 13:40h. 13.40h a 14.40h.	42€/mes Empadronados 35€/mes
1 día	M-J	17:00h a 18:00h.	42€/mes Empadronados 35€/mes
Pádel Escolar 2 días			
2 días	De L a V	12:40h a 13:40h. 13.40h a 14.40h.	60€/mes Empadronados 51€/mes
2 días	M - J	17:00h a 18:00h.	60€/mes Empadronados 51€/mes



Escuela de teatro

Actividad realizada en las instalaciones del Colegio donde se pretende iniciar al alumnado en el mundo teatral con el aprendizaje de diferentes técnicas, establecer una base de conocimientos teatrales, potenciar habilidades sociales y afectivas, fomentar la creatividad y la imaginación, desarrollar capacidades de interpretación, potenciar la expresión corporal, a través de distintas dinámicas, ejercicios y juegos, manejar la voz escénica, aprender a crear personajes, escenificar y realizar montajes teatrales, aprender a escuchar, respetar a los compañeros y trabajar en equipo.

Etapa	Días	Horario	Precio
Infantil 5 años	L - X	12:40h a 13:40h.	25€/mes Empadronados: 21€/mes
De 1º a 3º Primaria	M-J	12:40h a 13:40h.	
De 4º a 6º Primaria		13:40h a 14:40h.	
Primaria	M-J	17:00h a 18:00h.	25€/mes Empadronados: 21€/mes
ESO y Adultos	L-X	17:00h a 18:00h.	

COVID19

PREVENCIÓN



Llevar mascarilla



Lavarse las manos



Evitar el contacto



Usar jabón y
gel hidroalcohólico



Toser en el codo



Mantener la distancia

El comienzo de las actividades estará sujeto al consentimiento por parte de las autoridades sanitarias a la fecha de inicio de las mismas. Siempre y cuando se pueda garantizar la seguridad de los alumnos frente al riesgo de contagio de **COVID-19**.