



PROGRAMA DE ACTIVIDADES DIRIGIDAS EN LAS INSTALACIONES DEPORTIVAS MUNICIPALES DURANTE LA TEMPORADA 2025/2026



INFORMACIÓN E INSCRIPCIONES EN CURSOS

Las inscripciones se podrán realizar de manera presencial en las **OFICINAS DE ATENCIÓN AL USUARIO** a partir del 3 de septiembre según el siguiente calendario:

✓ COMPLEJO DEPORTIVO CIUDAD DE CÁDIZ

Avda. Periodista Beatriz Cienfuegos, s/n, 11012 Cádiz

Teléfono: 956 211 256

✓ PISCINA DE ASTILLEROS

Paseo Marítimo de Astilleros, s/n, 11012 Cádiz

Teléfono: 956 209 449

✓ **POLIDEPORTIVO EL NÁUTICO** (excepto del 8 al 19 de septiembre por refuerzo en la oficina de atención del CDCC)

Plaza de Filipinas s/n, 11004 Cádiz

Teléfono: 956 229 041

oficinaimdcadiz@eulen.com

<https://deporte.cadiz.es>

COMPLEJO DEPORTIVO CIUDAD DE CÁDIZ	
DÍAS	INSCRIPCIONES
8 AL 12 SEPTIEMBRE	MODIFICACIONES USUARIOS CURSO 24-25
15 SEPTIEMBRE	MATRONATACIÓN (6 a 24 meses)
16 Y 17 SEPTIEMBRE	BENJAMINES (2 a 4 años)
18 SEPTIEMBRE	ESCUELAS (5 a 14 años)
19 SEPTIEMBRE	ADULTOS (15 a 65 años)
	VETERANOS (más de 60 años)
	GIMNASIA ACUÁTICA
22 Y 23 SEPTIEMBRE	GIMNASIA RÍTMICA

PISCINA DE ASTILLEROS DE CÁDIZ	
DÍAS	INSCRIPCIONES
2 Y 3 SEPTIEMBRE	NATACIÓN LIBRE
4 Y 5 SEPTIEMBRE	MODIFICACIONES USUARIOS CURSO 24-25
8 Y 9 SEPTIEMBRE	MATRONATACIÓN (6 a 24 meses)
	BENJAMINES (2 a 4 años)
10 Y 11 SEPTIEMBRE	ESCUELAS (5 a 14 años)
	ADULTOS (15 a 65 años)
15 Y 16 SEPTIEMBRE	NATACIÓN PREVENTIVA (problemas de espalda)
	GIMN. MANTENIMIENTO LA PAZ Y NÁUTICO

**Las familias con hijos en distintos cursos podrán realizar la inscripción en un solo día, sin necesidad de acudir dos veces a las oficinas de información.*

REQUISITOS:

- ✓ Inscripción: 10 €.
- ✓ Abonar el importe correspondiente con tarjeta bancaria
- ✓ Cumplimentar la Solicitud de Inscripción.
- ✓ No tener pendiente ningún recibo anterior.
- ✓ **IMPORTANTE:** para cursar la baja de cualquier actividad, los usuarios deben solicitarla antes del día 25 del mes anterior en el siguiente mail:

bajasactividades.imdcadiz@eulen.com

LISTAS DE ESPERA: Las listas de espera de todas las instalaciones caducan a fecha de 30 de junio.

DESCUENTOS:

Para domiciliados en Cádiz. No acumulables.

- ✓ FAMILIA NUMEROSA: General 30% - Especial 50%
- ✓ MAYORES DE 60 AÑOS: 50%
- ✓ DISCAPACITADOS: 50% (acreditar minusvalía = o mayor al 33% reconocida INSS)
- ✓ ESTUDIANTES UCA: 25%
- ✓ CARNET JOVEN: 10%
- ✓ IPREM: 100%, 50%, 25% Y 10% (consultar condiciones en la ORDENANZA FISCAL).

COMPLEJO DEPORTIVO CIUDAD DE CÁDIZ

Todos los cursos de natación (excepto Natación preventiva) y Gimnasia Rítmica, tendrán una duración del 1 de octubre de 2025 al 30 de junio de 2026

CURSOS DE MATRONATACIÓN:

Edad: de 6 a 24 meses (obligatorio 1 acompañante a la piscina por niño/a). Accederán por los vestuarios de benjamines de piscina (máx. por curso 12 y mínimo 3 bebés).

Se convocan los siguientes Cursos:

MARTES Y JUEVES	LUNES, MIÉRCOLES Y VIERNES
12:00 A 12:30	16:15 A 16:45

PRECIO: 16,30 €/MES POR SESIÓN SEMANAL

CURSOS DE ESCUELA DE NATACIÓN:

Edad: de 5 a 14 años (De 5 a 10 años sólo 1 acompañante a los vestuarios. A partir de 10 años no se admiten acompañantes a los vestuarios) (máx. por curso 36 y mínimo 6 niños/as).

PRECIO: 14,80 €/MES POR SESIÓN SEMANAL

CURSOS DE BENJAMINES:

Edad: de 2 a 4 años (1 acompañante al vestuario por niño/a: Accederán por los vestuarios de benjamines de piscina) (máx. por curso 12 y mínimo 3 niños/as).

Se convocan los siguientes Cursos:

PRECIO: 16,30 €/MES POR SESIÓN SEMANAL

LUNES A VIERNES
16:45 A 17:30
17:30 A 18:15
18:15 A 19:00
19:00 A 19:45

Se convocan los siguientes Cursos:

LUNES A VIERNES
16:45 A 17:30
17:30 A 18:15
18:15 A 19:00
19:00 A 19:45

COMPLEJO DEPORTIVO CIUDAD DE CÁDIZ

CURSOS DE NATACIÓN ADULTOS:

Edad: de 15 a 65 años. Accederán por los vestuarios individuales de piscina. (máx. por curso 30 y mínimo 6 usuarios).

Se convocan los siguientes Cursos:

LUNES Y MIÉRCOLES	MARTES Y JUEVES	VIERNES
	9:45 A 10:30	
10:30 A 11:15	10:30 A 11:15	10:30 A 11:15
18:15 A 19:00	19:00 A 19:45	18:15 A 19:00
20:00 A 20:45	20:00 A 20:45	

PRECIO: 14,80 €/MES POR SESIÓN SEMANAL

CURSOS DE NATACIÓN PREVENTIVA:

Accederán por los vestuarios individuales de piscina. (máx. por curso 15 y mínimo 6 usuarios). Del 1 de octubre de 2025 al 31 de agosto de 2026.

PRECIO: 17,30 €/MES POR SESIÓN SEMANAL

CURSOS DE NATACIÓN DE VETERANOS:

Edad: mayores de 60 años. Accederán por los vestuarios individuales de piscina. (máx. por curso 30 y mínimo 6 usuarios).

Se convocan los siguientes Cursos:

LUNES A VIERNES

11:15 A 12:00

PRECIO: 14,80 €/MES POR SESIÓN SEMANAL

Se convocan los siguientes Cursos:

LUNES A JUEVES	VIERNES
16:00 A 16:45	
16:45 A 17:30	16:45 A 17:30
17:30 A 18:15	17:30 A 18:15
18:15 A 19:00	18:15 A 19:00

COMPLEJO DEPORTIVO CIUDAD DE CÁDIZ

GIMNASIA ACUÁTICA:

Edad: a partir de 14 años. Accederán por los vestuarios individuales de piscina. (máx. por curso 15 y mínimo 6 usuarios).

PRECIO: 17,30 €/MES POR SESIÓN SEMANAL

Se convocan los siguientes Cursos:

LUNES Y MIÉRCOLES	MARTES, MIÉRCOLES Y JUEVES
9:45 A 10:30	20:00 A 20:45
10:30 A 11:15	

CLUB DE LA SALUD:

Edad: a partir de 65 años. Del 1 de octubre 2025 al 31 de julio de 2026.

Se convocan los siguientes Cursos:

NATACIÓN	GIMNASIA FUNCIONAL	PASEOS MARCHA
LUNES A VIERNES	LUNES A VIERNES	LUNES A VIERNES
8:15 A 9:00	8:15 A 9:00	10:00 A 11:00
9:00 A 9:45	9:00 A 9:45	

COMPLEJO DEPORTIVO CIUDAD DE CÁDIZ

RESUMEN CURSOS NATACIÓN:

CURSOS	DÍAS	HORAS
MATRONATACIÓN	MARTES Y JUEVES	12:00 A 12:30
	LUNES, MIÉRCOLES Y VIERNES	16:15 A 16:45
BENJAMINES	LUNES A VIERNES	16:45 A 17:30
		17:30 A 18:15
		18:15 A 19:00
		19:00 A 19:45
ESC. NATACIÓN	LUNES A VIERNES	16:45 A 17:30
		17:30 A 18:15
		18:15 A 19:00
		19:00 A 19:45
NATACIÓN ADULTOS	LUNES Y MIÉRCOLES	10:30 A 11:15
		18:15 A 19:00
		20:00 A 20:45
	MARTES Y JUEVES	9:45 A 10:30
		10:30 A 11:15
		19:00 A 19:45
		20:00 A 20:45
	VIERNES	10:30 A 11:15
		18:15 A 19:00

CURSOS	DÍAS	HORAS
NAT. VETERANOS	LUNES A VIERNES	11:15 A 12:00
NAT. PREVENTIVA	LUNES A JUEVES	16:00 A 16:45
		16:45 A 17:30
		17:30 A 18:15
		18:15 A 19:00
	VIERNES	16:45 A 17:30
		17:30 A 18:15
		18:15 A 19:00
GIMN. ACUÁTICA	LUNES Y MIÉRCOLES	9:45 A 10:30
		10:30 A 11:15
	MARTES, MIÉRCOLES Y JUEVES	20:00 A 20:45

COMPLEJO DEPORTIVO CIUDAD DE CÁDIZ

NATACIÓN DEPORTIVA:

Práctica de la Natación en las calles asignadas del Vaso de competición (de 50 x 25 metros) por un tiempo máximo de 1 hora/día en total en los horarios establecidos por la instalación (el horario de los sábados se colocará en los tableros informativos).

Actividad desde los 14 años. El usuario debe saber nadar con suficiencia y autonomía para la práctica deportiva de la natación.

PRECIOS:

- ✓ 17,40 €/MES turno de mañana de lunes a sábados
- ✓ 22,40 €/MES turno de tarde de lunes a sábados

SALA DE MUSCULACIÓN:

Actividad anual desde los 14 años que consta de dos salas de entrenamiento, musculación y sala aeróbica con monitor/a.

PRECIOS:

- ✓ 20,40 €/MES turno de mañana de 8:00 a 15:00 horas de lunes a viernes
- ✓ 26,50 €/mes turno de mañana y tarde de 8:00 a 23:00 horas de lunes a viernes

COMPLEJO DEPORTIVO CIUDAD DE CÁDIZ

SALA FITNESS:

Actividad anual desde los 14 años.

PRECIO: 26,50 €/MES

- ✓ Turno de mañana de lunes a viernes en horario de 10:00 a 12:45 horas
- ✓ Turno de tarde de lunes a viernes en horario de 16:30 a 21:15 horas

GIMNASIA RÍTMICA:

Se convocan los siguientes cursos:

PRECIO: 28,50 €/MES

- ✓ Grupo 1 iniciación: lunes, miércoles y viernes en horario de 17:00 a 18:00 horas y de 18:00 a 19:00 horas
- ✓ Grupo 2 iniciación: lunes, miércoles y viernes en horario de 17:00 a 18:00 horas y de 18:00 a 19:00 horas

COMPLEJO DEPORTIVO CIUDAD DE CÁDIZ

ABONOS:

A partir de 14 años. El horario de natación los sábados se colocará en los tabloneros informativos.

✓ **Musculación/natación** (de lunes a viernes):

- Turno de mañana. Musculación de 8:00 a 15:00 y natación de 8:00 a 14:3032,50 €/Mes
- Turno de tarde. Musculación de 8:00 a 23:00 y natación de 8:00 a 14:30 y de 15:30 a 22:0036,00 €/Mes

✓ **Musculación/Sala Fitness** (de lunes a viernes):

- Turno de mañana de 8:00 a 15:0023,40 €/Mes
- Turno de tarde de 8:00 a 23:0030,50 €/Mes

✓ **Natación/Sala Fitness** (de lunes a viernes):

- Turno de mañana de 8:00 a 14:3032,50 €/Mes
- Turno de tarde de 8:00 a 14:30 y de 15:30 a 22:0036,00 €/Mes

✓ **Abono multiactividad** (de lunes a viernes):

- Musculación de 8:00 a 23:00, sala fitness de 10:00 a 21:15 y natación de 8:00 a 14:30 y 15:30 a 22:0040,00 €/Mes

En fechas especiales como Navidad, Semana Santa, Carnavales y verano, estos horarios se verán reducidos.

PABELLÓN DEPORTIVO LA PAZ

La instalación cuenta con un vestuario masculino y otro femenino por lo que, en los casos que sea necesario el acceso de un acompañante, éste será del mismo sexo que el usuario.

GIMNASIA DE MANTENIMIENTO:

Actividad de 12 meses.

PRECIOS: 1 sesión semanal 8,70 €/MES de lunes a viernes en horario de 9:00 a 10:00 horas y 10:00 a 11:00 horas

GIMNASIA DE MANTENIMIENTO DE VETERANOS:

Del 1 de octubre al 30 de junio de 2026.

PRECIOS: 1 sesión semanal 8,70 €/MES, lunes, miércoles y viernes en horario de 11:30 a 12:30 horas

Máximo 15 y mínimo 5 usuarios por clase.

POLIDEPORTIVO EL NÁUTICO

Los vestuarios de la instalación tienen taquillas individuales para los usuarios, los cuales deberán llevar el candado necesario para el cierre de dichas taquillas.

GIMNASIA DE MANTENIMIENTO:

Actividad de 12 meses.

PRECIOS: 1 sesión semanal 8,70 €/MES

LUNES A VIERNES
18:00 a 19:00
19:00 a 20:00
20:00 a 21:00

GIMNASIA DE MANTENIMIENTO DE VETERANOS:

Del 1 de octubre de 2025 al 30 de junio de 2026.

PRECIOS: 1 sesión semanal 8,70 €/MES, lunes, miércoles y viernes en horario de 9:30 a 10:30 horas

Máximo 15 y mínimo 5 usuarios por clase.

CLUB DE LA SALUD:

Del 1 de octubre de 2025 al 30 de junio de 2026

- ✓ Clases de Gimnasia Funcional de lunes a viernes de 9:00 a 9:30 horas
- ✓ Paseos marcha de lunes a viernes de 10:00 a 11:00 horas

PABELLÓN CENTRO HISTÓRICO

La instalación dispone de taquillas individuales de moneda para los usuarios.

SALA DE MUSCULACIÓN:

Actividad anual desde los 14 años que consta de una sala de musculación con monitor/a.

PRECIOS:

- ✓ 18,00 €/MES turno de mañana de 8:00 a 13:00 horas de lunes a viernes
- ✓ 23,50 €/mes turno de mañana y tarde de 8:00 a 13:00 horas y de 17:00 a 22:00 horas de lunes a viernes

PISCINA MUNICIPAL DE ASTILLEROS

La instalación cuenta con un vestuario masculino y otro femenino por lo que, en los casos que sea necesario el acceso de un acompañante, éste será del mismo sexo que el usuario. Los vestuarios de la instalación tienen taquillas individuales para los usuarios, los cuales deberán llevar el candado necesario para el cierre de dichas taquillas.

Todos los cursos de natación (excepto Natación preventiva) tendrán una duración del 1 de octubre de 2025 al 30 de junio de 2026

CURSOS DE MATRONATACIÓN:

Edad: de 6 a 24 meses (obligatorio 1 acompañante a la piscina por niño/a). Accederán por los vestuarios de benjamines de piscina (máx. por curso 12 y mínimo 3 bebés).

Se convocan los siguientes Cursos:

LUNES, MARTES Y MIÉRCOLES

17:00 a 17:30

CURSOS DE BENJAMINES:

Edad: de 2 a 4 años (1 acompañante al vestuario por niño/a: Accederán por los vestuarios de benjamines de piscina) (máx. por curso 12 y mínimo 3 niños/as).

Se convocan los siguientes Cursos:

LUNES A VIERNES

17:30 a 18:15

PRECIO: 16,30 €/MES POR SESIÓN SEMANAL

PRECIO: 16,30 €/MES POR SESIÓN SEMANAL

CURSOS DE ESCUELA DE NATACIÓN:

Edad: de 5 a 14 años (De 5 a 10 años sólo 1 acompañante a los vestuarios. A partir de 10 años no se admiten acompañantes a los vestuarios) (máx. por curso 24 y mínimo 6 niños/as).

Se convocan los siguientes Cursos:

LUNES A VIERNES

18:15 a 19:00

PRECIO: 14,80 €/MES POR SESIÓN SEMANAL

PISCINA MUNICIPAL DE ASTILLEROS

CURSOS DE NATACIÓN ADULTOS:

Edad: de 15 a 65 años. Accederán por los vestuarios individuales de piscina. (máx. por curso 24 y mínimo 6 usuarios).

Se convocan los siguientes Cursos:

MARTES Y JUEVES
20:00 a 20:45

PRECIO: 14,80 €/MES POR SESIÓN SEMANAL

CLUB DE LA SALUD:

Edad: a partir de 65 años. Del 1 de septiembre de 2025 al 31 de julio de 2026.

Se convocan los siguientes Cursos:

NATACIÓN	GIMNASIA FUNCIONAL	PASEOS MARCHA
LUNES A VIERNES	LUNES A VIERNES	LUNES A VIERNES
8:15 A 9:00	8:15 A 9:00	10:00 A 11:00
9:00 A 9:45	9:00 A 9:45	

CURSOS DE NATACIÓN PREVENTIVA:

Accederán por los vestuarios individuales de piscina. (máx. por curso 15 y mínimo 6 usuarios). Del 1 de septiembre de 2025 al 30 de julio de 2026.

Se convocan los siguientes Cursos:

LUNES, MARTES, MIÉRCOLES Y JUEVES
17:15 A 18:00
18:00 A 18:45

PRECIO: 17,30 €/MES POR SESIÓN SEMANAL

NATACIÓN DEPORTIVA:

Práctica de la Natación en las calles asignadas del Vaso deportivo por un tiempo máximo de 1 hora/día en total y uso del Circuito de Agua (máx. 15 min.) en los horarios establecidos por la instalación. Actividad desde los 14 años. El usuario debe saber nadar con suficiencia y autonomía para la práctica deportiva de la natación.

PRECIOS:

✓ 17,40 €/MES turno de mañana de lunes a sábados

✓ 22,40 €/MES día completo de lunes a viernes y sábados en turno de mañana.

PISCINA MUNICIPAL DE ASTILLEROS

RESUMEN CURSOS NATACIÓN:

CURSOS	DÍAS	HORAS
MATRONATACIÓN	LUNES, MARTES Y MIÉRCOLES	17:00 A 17:30
BENJAMINES	LUNES A VIERNES	17:30 a 18:15
ESCUELAS NATACIÓN	LUNES A VIERNES	18:15 a 19:00
NATACIÓN ADULTOS	MARTES Y JUEVES	20:00 a 20:45
NATACIÓN PREVENTIVA	LUNES, MARTES, MIÉRCOLES Y JUEVES	17:15 A 18:00
		18:00 A 18:45