



ACTIVIDADES DEPORTIVAS EN VALDEMORILLO

POLIDEPORTIVO ERAS CERRADAS

Horario Instalaciones:

Lunes a viernes de 9:00 a 21:30 horas.
Sábados de 10:00 a 14:00 y de 17:00 a 19:30 horas.
Domingos de 10:00 a 13:30 horas.

Horario Administración:

Lunes a viernes de 10:00 a 13:00 y de 17:00 a 20:00 horas.

Las actividades finalizarán 15 minutos antes del cierre de la instalación deportiva.

SALA GIMNASIO

De lunes a viernes de 9:00 a 21:15 horas.
Sábados de 10:00 a 14:00 y de 17:00 a 19:30 horas.
Domingos de 10:00 a 13:30 horas.

GIMNASIA RÍTMICA

G.Escuela

Lunes y miércoles de 17:30 a 18:30 horas.

G.Competición

Lunes y miércoles de 18:30 a 20:00 horas.
Viernes de 17:30 a 19:00 horas.

Teléfono de contacto: 918977808

Correo electrónico: deportes@aytovaldemorillo.com / centrovaldemorillo@lider-sport.es

JUDO

Lunes y miércoles:

- 16:30 (3,4 y 5 años)
- 17:30 (2020-2018)
- 18:30 (2017 y anteriores)

Teléfono de contacto: Natalia 616452265

Correo electrónico: dojoquino_judovaldemorillo@gmail.com / comunicacion@dojoquino.com

VOLEIBOL

PABELLÓN IES VALMAYOR

Lunes:

De 17:30 a 19:00 horas. Infantiles.

De 19:00 a 20:30 horas. Cadetes.

Martes:

De 19:00 a 21:00 horas. Juvenil federado.

Miércoles:

De 17:30 a 19:00 horas. Alevines.

De 19:00 a 20:30 horas. Cadetes.

Jueves:

De 17:30 a 19:00 horas. Infantil.

Viernes:

De 17:30 a 19:00 horas. Cadetes federados.

De 19:00: a 20:30. Juvenil federado.

PABELLÓN ERAS CERRADAS

Jueves de 19:00 a 21:00 horas. Juvenil Federado.

Teléfono de contacto: Lucía 611762428 (Lunes a Viernes de 10:00 a 18:00 horas).

Correo electrónico: clubvoleibolbulldogs@gmail.com

BALONCESTO:

Viernes de 17:30 a 18:30 horas.

Teléfono de contacto: 918977808

Correo electrónico: deportes@aytovaldemorillo.com / centrovaldemorillo@lider-sport.es

FÚTBOL SALA

Martes y jueves de 17:30 a 18:30 horas.

Teléfono de contacto: 918977808

Correo electrónico: deportes@aytovaldemorillo.com / centrovaldemorillo@lider-sport.es

YOUNG TRAINING (12 A 17 AÑOS)

Martes y jueves de 19:30 a 20:15 horas.

Teléfono de contacto: 918977808

Correo electrónico: deportes@aytovaldemorillo.com / centrovaldemorillo@lider-sport.es

PISCINA

Duración 45 minutos /sesión

AQUAGYM (PISCINA):

Lunes y miércoles: 10:15, 11:00, 11:45 y 19:45 horas.

Martes y jueves: 11:45 y 20:15 horas.

Viernes: 10:15 horas.

ESCUELA NATACIÓN:

Natación Bebés.

Benjamín Iniciación.

Benjamín Adaptación.

Infantil Adaptación.

Infantil Perfeccionamiento.

Adultos.

Para más información:

Teléfono de contacto: 918977808

Correo electrónico: deportes@aytovaldemorillo.com / centrovaldemorillo@lider-sport.es

CLASES COLECTIVAS SALA

Duración 45 minutos /sesión

PILATES:

Lunes y miércoles: 9:30, 10:15, 12:00, 19:45 y 20:30 horas.

Martes y jueves: 9:45, 11:00, 11:45, 19:30 y 20:15 horas.

PILATES TERAPÉUTICO:

Martes y jueves: 10:15 horas.

YOGA:

Martes y jueves: 9:30 y 18:45 horas.

BAILE EN MOVIMIENTO:

Lunes, miércoles y viernes: 10:15 horas.

BAILE ACTIVO:

Lunes y miércoles: 18:45 horas.

ZUMBA:

Martes y jueves: 18:45 horas.

GIMNASIA +65:

Martes y jueves: 12:00 horas.

CYCLING:

Lunes y miércoles: 19:00 horas.

Martes y jueves: 19:30 horas.

PUMP:

Lunes y miércoles: 19:00 horas.

Martes y jueves: 19:30 horas.

FUNCIONAL:

Lunes y miércoles: 19:45 horas.

Martes y jueves: 20:15 horas.

Para más información sobre actividades colectivas en sala:

Teléfono de contacto: 918977808

Correo electrónico: deportes@aytovaldemorillo.com / centrovaldemorillo@lider-sport.es

POLIDEPORTIVO **LA DEHESA DE LOS GODONALES**

GROUNDGOLF

Lunes, miércoles y viernes de 10:00 a 12:00 horas.
Teléfono de contacto: 685470582

TIRO CON ARCO

Teléfono de contacto: 670787342
Correo electrónico: jdirectivaarquerosvaldemorillo@gmail.com
Web: www.arquerosvaldemorillo.es

FÚTBOL

Prebenjamín, Benjamín, Alevín, Infantil, Cadete, Juvenil.

Consultar categorías y horarios llamando o escribiendo a:

Teléfono de contacto: 918977808 / 692196705
Correo electrónico: deportes@aytovaldemorillo.com / efvaldemorillo@lider-sport.es

ATLETISMO

Escuela: lunes y miércoles de 17:30 a 18:30 horas.
Competición: lunes, miércoles y viernes de 17:30 a 18:45 horas

Teléfono de contacto: 918977808 / 692196705
Correo electrónico: deportes@aytovaldemorillo.com / centrovaldemorillo@lider-sport.es

Club Corredores: miércoles de 20:00 a 21:30 horas.

Teléfono de contacto: 654264525
Correo electrónico: corredor@clubcorredores.com
Web: www.clubcorredores.com/sedes-club-corredores/sede-valdemorillo

TRIATLÓN:

Polideportivo La Dehesa:

Jueves de 17:30 a 20:00 horas.

Polideportivo Eras Cerradas (Piscina):

Lunes de 20:30 a 21:15 horas.

Martes de 16:30 a 18:30 horas.

Viernes de 18:00 a 19:00 horas.

Correo electrónico: triatlonso3@gmail.com

Web: www.triatlonso3.com

PÁDEL

Consultar horarios y días:

Teléfono de contacto: 918977808

Correo electrónico: deportes@aytovaldemorillo.com / centrovaldemorillo@lider-sport.es

TENIS

De lunes a viernes de 17:30 a 21:30 horas.

Teléfono de contacto: 664410222 / 699742542

Correo electrónico: ctvaldemorillo@gmail.com / alex.alonsogarcia@gmail.com

FÚTBOL AMERICANO

Teléfono de contacto: 648935222

Correo electrónico: wildcatsfootballamericano@gmail.com