

CURSOS DEPORTIVOS PARA JÓVENES/ADULTOS

INVIERNO 2024

Cursos para participantes a partir de los 16 años, excepto en aquellos que indiquen expresamente otra edad

LAS INSCRIPCIONES COMIENZAN EL 12 DE DICIEMBRE DEL 2023

AIKIDO	
POLIDEPORTIVO PISUERGA (SALA C) Plaza de México, s/n ☎ 983 476 366	
Martes y jueves: De 20 a 21 h	Fechas: Del 11 de enero al 19 de marzo
POLIDEPORTIVO CANTERAC Juan Carlos I, 16 ☎ 983 477 904	
Lunes y Miércoles: De 20 a 21 h	Fechas: Del 10 de enero al 18 de marzo
Precio: 52 €	Plazas: Mínimo 10 y máximo 16 personas

BÁDMINTON	
POLIDEPORTIVO PAJARILLOS C/ Escribano, 9 ☎ 662 143 986	
Miércoles: De 19 a 20 h	Fechas: Del 17 de enero al 20 de marzo
Precio: 20 €	Plazas: Mínimo 8 y máximo 12 personas

BILLAR	
ANTIGUO CEIP PIO DEL RIO HORTEGA C/ Villabañez 151 ☎ 685 831 174	
Domingos: De 10 a 12 h	Fechas: Del 4 de febrero al 17 de marzo
Precio: 35 €	Plazas: Mínimo 4 y máximo 8 personas
Edad: A partir de 10 años	

BODY ROLLING	
CENTRO MUNICIPAL JOSÉ LUIS MOSQUERA (SALA DE PARTICIPACIÓN CIUDADANA) C/ Pío del Río Hortega, 13 ☎ 983 354 735	
Martes: De 18 a 19:30 h	Fechas: Del 9 de enero al 19 de marzo (el 13 de febrero no hay actividad)
CENTRO CIVICO JOSÉ M ^o LUELMO C/ Armuña, n ^o 3 ☎ 983 130 030	
Martes: De 20 a 21:30 h	Fechas: Del 9 de enero al 19 de marzo (el 13 de febrero no hay actividad)
Precio: 48 €	Plazas: Mínimo 10 y máximo 12

ESCALADA	
ROCÓDROMO MUNICIPAL "Álvaro Paredes Izquierdo" ("LAS NORIAS") Callejón de la Azucarera, s/n ☎ 648 236 803	
De Lunes a Jueves: De 19:30 a 22:00 h	Fechas: Del 5 al 15 de febrero Del 11 al 21 de marzo
Precio: 90 €	Plazas: Mínimo 4 máximo 6 personas

ESCUELA DE ESPALDA	
CENTRO MUNICIPAL JOSÉ LUIS MOSQUERA (SALA DE PARTICIPACIÓN CIUDADANA) C/ Pío del Río Hortega, 13 ☎ 983 354 735	
Martes y jueves: De 9:30 a 10:30 h De 10:30 a 11:30 h De 11:30 a 12:30 h De 12:30 a 13:30 h	Fechas: Del 11 de enero al 21 de marzo (el 13 de febrero no hay actividad)
Plazas: Mínimo 10 máximo 12 personas	

C.C. CANAL DE CASTILLA	
P ^o Jardín Botánico, 4 ☎ 983 424 200	
Lunes y Miércoles: De 17 a 18 h	Fechas: Del 10 de enero al 20 de marzo (el 12 de febrero no hay actividad)
Precio: 60 €	Plazas: Mínimo 12 máximo 16 personas

GOLF	
COMPLEJO DEPORTIVO CIUDAD DE VALLADOLID Campo de prácticas de golf Carretera de Renedo, km. 3,7	
INICIACIÓN Martes: de 15 a 17 h Del 16 de enero al 19 de marzo Jueves: de 10 a 12 h Del 18 de enero al 21 de marzo Sábados: de 10 h a 12 h Del 20 de enero al 23 de marzo	INTERMEDIO Miércoles: de 17 a 19 h Del 17 de enero al 20 de marzo Viernes: de 10 a 12 h. Del 19 de enero al 22 de marzo <i>*Personas que hayan hecho un curso previo de golf</i> <i>*Solo obtendrán el hándicap aquellos alumnos/as que superen el examen final</i>
Precio: 80 €	Plazas: Mínimo 5 y máximo 6 personas

PILATES	
POLIDEPORTIVO GREGORIO FERNÁNDEZ C/ India, 3 ☎ 618 509 452	
Martes y Jueves: de 18 a 19 h.	Fechas: Del 11 de enero al 19 de marzo
Miércoles y Viernes: de 17 a 18 h.	Fechas: Del 12 de enero al 20 de marzo
Plazas: Mínimo 12 máximo 20	
CENTRO MUNICIPAL JOSÉ LUIS MOSQUERA (GIMNASIO) C/ Pío del Río Hortega, 13 ☎ 983 354 735	

Martes y Jueves: De 12 a 13 h.	Fechas: Del 11 de enero al 21 de marzo (el 13 de febrero no hay actividad)
--	---

CENTRO MUNICIPAL JOSÉ LUIS MOSQUERA (SALA DE PARTICIPACIÓN CIUDADANA) C/ Pío del Río Hortega, 13 ☎ 983 354 735	
--	--

Lunes y Miércoles: De 17 a 18 h. De 19 a 20 h.	Fechas: Del 10 de enero al 20 de marzo (el 12 de febrero no hay actividad)
---	---

Lunes: de 18 a 19 h.	Fechas: Del 8 de enero al 18 de marzo (el 12 de febrero no hay actividad)
--------------------------------	--

Viernes: De 17 a 18 h. De 18 a 19 h.	Fechas: Del 12 de enero al 15 de marzo
---	--

Plazas: Mínimo 12 máximo 20 (gimnasio) Mínimo 10 máximo 12 (sala de participación ciudadana)	
---	--

GIMNASIO DEL POLIDEPORTIVO PILAR FERNANDEZ VALDERRAMA C/ Boedo, 7 ☎ 983 247 632	
--	--

Martes y Jueves: De 20 a 21 h	Fechas: Del 11 de enero al 19 de marzo
---	--

Plazas: Mínimo 12 máximo 20	
---------------------------------------	--

POLIDEPORTIVO PARQUESOL (SALA PISCINA) C/ Padre Llanos, n ^o 1 ☎ 983 352 611	
---	--

Lunes y Miércoles: De 20 a 21 h.	Fechas: Del 10 de enero al 18 de marzo
--	--

Martes y Jueves: de 19 a 20 h.	Fechas: Del 11 de enero al 19 de marzo
--	--

Jueves: De 20 a 21 h.	Fechas: Del 11 de enero al 14 de marzo
---------------------------------	--

Precio: Una hora a la semana: 28 € Dos horas a la semana: 56 €	Plazas: Mínimo 10 y máximo 16 personas
---	--

HIPOPRESIVOS	
POLIDEPORTIVO PARQUESOL (SALA PISCINA) C/ Padre Llanos, 1 ☎ 983 352 611	
Lunes y Miércoles: De 19 a 20 h	Fechas: Del 10 de enero al 18 de marzo
Precio: 58 €	Plazas: Mínimo 10 y máximo 16 personas

PATINAJE	
POLIDEPORTIVO LOS CERROS Avda. Los Cerros, 8 ☎ 983 333 666	
Domingos: de 4 a 16 años De 16 a 17 h De 17 a 18 h De 18 a 19 h De 19 a 20 h	Fechas: Del 14 de enero al 17 de marzo
Domingos: de 17 a 40 años De 20 a 21h.	Fechas: Del 14 de enero al 17 de marzo
Precio: 30 €	Plazas: Mínimo 10 y máximo 15 personas

TIRO CON ARCO	
COMPLEJO DEPORTIVO CIUDAD DE VALLADOLID (Campo de tiro) C/ Renedo ☎ 629 472 907	
Lunes: De 19:30 a 21:30 h	Fechas: Del 15 de enero al 11 de marzo (el 12 de febrero no hay actividad)
Precio: 80 €	Plazas: Mínimo 4 y máximo 6 personas

YOGA	
CENTRO MUNICIPAL JOSÉ LUIS MOSQUERA (SALA DE PARTICIPACIÓN CIUDADANA) C/ Pío del Río Hortega, 13 ☎ 983 354 735	
Lunes y miércoles: De 11 a 12 h. De 12 a 13 h.	Fechas: Del 10 de enero al 20 de marzo (el 12 de febrero no hay actividad)
Martes y jueves De 17 a 18 h. De 18 a 19 h.	Fechas: Del 11 de enero al 21 de marzo (el 13 de febrero no hay actividad)
Precio: 46 €	Plazas: Mínimo 10 y máximo 12 personas

YOGALATES	
POLIDEPORTIVO PISUERGA Plaza de México s/n ☎ 983 476 366	
Lunes y miércoles: De 19 a 20 h.	Fechas: Del 10 de enero al 18 de marzo
Precio: 46 €	Plazas: Mínimo 10 y máximo 16 personas



INFORMACIÓN

Telf.: 983 426 313
adultosfmd@ava.es



INSCRIPCIONES

cursoseportivos.fmdva.org



Ayuntamiento de
Valladolid



Fundación Municipal
de Deportes



VALLADOLID
ciudad amiga del deporte