

GUÍA de **ACTIVIDADES**

enero-junio 2017



AYUNTAMIENTO DE
Móstoles

Queridos vecinos y vecinas:

Un curso más, el Ayuntamiento de Móstoles pone a disposición de toda la ciudadanía esta Guía de Actividades, cuyo objetivo es acercar de una forma clara y manejable la amplia oferta organizada desde distintas áreas municipales para potenciar hábitos, actitudes y capacidades que contribuyan a mejorar el bienestar y la calidad de vida de los vecinos y vecinas de Móstoles.

Este Gobierno Municipal apuesta por la cultura, el deporte y el ocio creativo como instrumentos favorecedores del desarrollo humano. Y, gracias a la amplia red de Centros Municipales con la que contamos a lo largo de toda la ciudad, estamos en disposición de ponerlos al alcance de todas las personas preocupadas por mejorar su salud y su estado físico y por engrandecer su espíritu con iniciativas a favor de la tolerancia, la igualdad y nuestro crecimiento colectivo como sociedad.

Como Alcalde de Móstoles, os invito a consultar esta Guía de Actividades, una herramienta útil y práctica, que constata el esfuerzo que realizamos desde el Ayuntamiento para poder llevar a cabo decenas de actividades deportivas, culturales, de ocio, para personas mayores, talleres para la igualdad, etc., con el único objetivo de contribuir a que Móstoles siga siendo una ciudad agradable en la que vivir.

Un cordial saludo



David Lucas Parrón
Alcalde de Móstoles

La Concejalía de Deportes pone a disposición de todos los vecinos de Móstoles una amplia oferta de actividades deportivas que va desde bebés hasta mayores. Estas actividades las puedes disfrutar en los diferentes centros deportivos municipales y en diferentes parques de la ciudad. Además, en nuestras instalaciones deportivas tenemos actividades desarrolladas por los clubes de la ciudad que nos permiten ampliar la oferta deportiva de la ciudad.

CENTRO DEPORTIVO MUNICIPAL VILLAFONTANA



Natación Infantil

Horario: De 17.15 a 19.45 horas.

Duración: 30 minutos.

Edad: De 5 a 14 años.

Precios: Con Tarjeta Deporte 43,91€ por trimestre 3 días semanales y 29,27€ por trimestre 2 días semanales.

Días: Lunes, miércoles y viernes / martes y jueves.

Jardín de Infancia

Horario: De 17.00 a 19.00 horas.

Duración: 30 minutos.

Edad: 3 y 4 años.

Precios: Con Tarjeta Deporte 57,21€ por trimestre 3 días semanales y 38,14€ por trimestre 2 días semanales.

Días: Lunes, miércoles y viernes / martes y jueves.

Bebés

Horario: De 11.15 a 11.55 horas y de 16.00 a 17.00 horas.

Duración: 20 minutos.

Edad: De 6 a 36 meses.

Precios: Con Tarjeta Deporte 93,31€ por trimestre 3 días semanales, 62,21€ por trimestre 2 días semanales y 31,11€ por trimestre 1 día semanal.

Días: Lunes, miércoles y viernes / martes y jueves / lunes y miércoles o viernes.

Natación Adultos

Horario: De 9.00 a 17.15 y de 19.45 a 22.00 horas (Salvo horarios de 12.45 y 15.00 horas).

Duración: 45 minutos.

Edad: 15 años ó más.

Precios: Con Tarjeta Deporte 88,02€ por trimestre 3 días semanales, 58,68€ por trimestre 2 días semanales y 29,34€ por trimestre 1 día semanal.

Días: Lunes, miércoles y viernes / martes y jueves / lunes y miércoles o viernes.

CENTRO DEPORTIVO MUNICIPAL VILLAFONTANA



Nado Libre

Horario: De 9.00 a 22.00 horas.

Duración: 60 minutos.

Edad: 15 años ó más.

Precios: Con Tarjeta Deporte bono de 20 baños 36.32€ y 10 baños 18.17€.

Días: De lunes a viernes.

Esta actividad está sujeta a las normas de uso reguladas por la Concejalía de Deportes.

Natación 3^a edad

Horario: 12.45, 14.15 y 15.00 horas.

Duración: 45 minutos.

Edad: Jubilados y pensionistas.

Precios: Únicamente con Tarjeta 65 o pensionista 0€.

Días: De lunes a viernes (solo 1 día a la semana).

Aquaticue

Horario: 12.00 y 12.30 horas.

Duración: 30 minutos.

Edad: 15 años ó más.

Precios: Con Tarjeta Deporte 58.68€ 3 días por trimestre.

Días: Lunes, miércoles y viernes.

Educación Física Adultos

Horario: 9.10, 10.10, 11.10, 16.50 y 17.00 horas.

Duración: 50 minutos.

Edad: 15 años ó más.

Precios: Con Tarjeta Deporte 78.37€ 3 días y 52.24€ 2 días por trimestre.

Días: Lunes, miércoles y viernes / martes y jueves.

CENTRO DEPORTIVO MUNICIPAL VILLAFONTANA



Enforma3 (EFA, Pilates y GAP)

Horario: 10.10 horas.
Duración: 50 minutos.
Edad: 15 años y más.
Precios: Con Tarjeta Deporte 78.37€ por trimestre 3 días semanales y 52.24€ por trimestre 2 días semanales.
Días: Lunes, miércoles y viernes (en esta actividad es posible asistir 2 de los 3 días).

Pilates

Horario: 9.10, 10.10 y 11.10 horas.
Duración: 50 minutos.
Edad: 15 años y más.
Precios: Con Tarjeta Deporte 52.24€ por trimestre 2 días semanales.
Días: Martes y jueves.

Actividad Física para Personas Mayores

Horario: 10.15, 11.15, 12.00 y 12.45 horas.
Duración: 45 minutos.
Edad: Pensionistas y jubilados.
Precios: Únicamente con Tarjeta 65 ó pensionista 0€.
Días: Lunes, miércoles y viernes / martes y jueves.



PISCINA MUNICIPAL LAS CUMBRES

Natación Infantil

Horario: De 17.00 a 20.00 y de 11.30 a 13.30 horas.

Duración: 30 minutos.

Edad: De 5 a 14 años.

Precios: Con Tarjeta Deporte 43,91€ por trimestre 3 días semanales y 29,27€ por trimestre 2 días semanales.

Días: Lunes, miércoles y viernes / martes y jueves / sábados y domingos.

Jardín de Infancia

Horario: De 17.00 a 19.30 y de 10.30 a 11.30 horas.

Duración: 30 minutos.

Edad: 3 y 4 años.

Precios: Con Tarjeta Deporte 57,21€ por trimestre 3 días semanales y 38,14€ por trimestre 2 días semanales.

Días: Lunes, miércoles y viernes / martes y jueves / sábados y domingos.

Bebés

Horario: De 10.30 a 11.10 y de 15.45 a 16.25 horas.

Duración: 20 minutos.

Edad: De 6 a 36 meses.

Precios: Con Tarjeta Deporte 93,31€ por trimestre 3 días semanales, 62,21€ por trimestre 2 días semanales y 1 día por trimestre 31,11€ semanales.

Días: Lunes, miércoles y viernes / martes y jueves / lunes, miércoles o viernes.

Natación Adultos

Horario: De 9.00 a 16.30 y de 20.00 a 21.30 horas (Salvo horarios de 14.15 lunes, miércoles y viernes).

Duración: 45 minutos.

Edad: 15 años ó más.

Precios: Con Tarjeta Deporte 88,02€ por trimestre 3 días semanales, 58,68€ por trimestre 2 días semanales y 29,34€ por trimestre 1 día semanal.

Días: Lunes, miércoles y viernes / martes y jueves / lunes, miércoles o viernes / sábados y domingos.

DEPORTES

PISCINA MUNICIPAL LAS CUMBRES



Nado Libre

Horario: De 9.00 a 16.00 y de 20.00 a 22.00 horas.

Duración: 60 minutos.

Edad: 15 años ó más.

Precios: Con Tarjeta Deporte bono de 20 baños 36.32€ y 10 baños 18.17€.

Días: De lunes a viernes.

Esta actividad está sujeta a las normas de uso reguladas por la Concejalía de Deportes.

Nado Libre reglado

Horario: 8.15 y 16.00 horas.

Duración: 45 minutos y 60 minutos.

Edad: 15 años ó más.

Precios: 45 minutos con Tarjeta Deporte 49.02€ por trimestre 3 días semanales y 32.68€ por trimestre 2 días semanales y 60 minutos con Tarjeta Deporte 43.59€ por trimestre 2 días semanales.

Días: Lunes, miércoles y viernes / martes y jueves / sábados y domingos.

Esta actividad está sujeta a las normas de uso reguladas por la Concejalía de Deportes.

Natación 3^a edad

Horario: 14.15 horas.

Duración: 45 minutos.

Edad: Jubilados y pensionistas.

Precios: Únicamente con Tarjeta 65 ó pensionista 0€.

Días: Lunes, miércoles y viernes (solo 1 día a la semana).

Aqua2

Horario: 9.00 horas.

Duración: 45 minutos.

Edad: 15 años ó más.

Precios: Con Tarjeta Deporte 88.02€ por trimestre 3 días semanales, 58.68€ por trimestre 2 días semanales.

Días: Lunes, miércoles y viernes / martes y jueves.

**CENTRO DEPORTIVO
RAFA MARTÍNEZ**



Educación Física de Adultos

Horario: 9.10 horas.

Duración: 50 minutos.

Edad: 15 años ó más.

Precios: Con Tarjeta Deporte 78.37€ por trimestre 3 días semanales, 52.24€ por trimestre 2 días semanales.

Días: Lunes, miércoles y viernes / martes y jueves.

Enforma3 (EFA, Pilates y GAP)

Horario: 10.10, 11.10, 18.10 y 19.10 horas.

Duración: 50 minutos.

Edad: 15 años ó más.

Precios: Con Tarjeta Deporte 78.37€ por trimestre 3 días semanales, 52.24€ por trimestre 2 días semanales.

Días: Lunes, miércoles y viernes (en esta actividad es posible asistir 2 de los 3 días).

Pilates

Horario: 9.10 y 10.10 horas.

Duración: 50 minutos.

Edad: 15 años y más.

Precios: Con Tarjeta Deporte 52.24€ por trimestre 2 días semanales.

Días: Martes y jueves.

Combi2

Horario: 10.10 horas.

Duración: 50 minutos.

Edad: 15 años y más.

Precios: Con Tarjeta Deporte 52.24€ por trimestre 2 días semanales.

Días: Martes y jueves.

Actividad Física para Personas Mayores

Horario: 11.15, 12.00 y 12.45 horas.

Duración: 45 minutos.

Edad: Pensionistas y jubilados.

Precios: Únicamente con Tarjeta 65 ó pensionista 0€.

Días: Lunes, miércoles y viernes / martes y jueves.

CENTRO DEPORTIVO MUNICIPAL LA LOMA



Educación Física de Adultos

Horario: 9.10 y 10.10 horas.

Duración: 50 minutos.

Edad: 15 años ó más.

Precios: Con Tarjeta Deporte 78.37€ por trimestre 3 días semanales, 52.24€ por trimestre 2 días semanales.

Días: Lunes, miércoles y viernes / martes y jueves.

Enforma3 (EFA, Pilates y GAP)

Horario: 11.10 horas.

Duración: 50 minutos.

Edad: 15 años ó más.

Precios: Con Tarjeta Deporte 78.37€ por trimestre 3 días semanales, 52.24€ por trimestre 2 días semanales.

Días: Lunes, miércoles y viernes (en esta actividad es posible asistir 2 de los 3 días).

Actividad Física para Personas Mayores

Horario: 9.15, 11.15, 12.00 y 12.45 horas.

Duración: 45 minutos.

Edad: Pensionistas y jubilados.

Precios: Únicamente con Tarjeta 65 ó pensionista 0€.

Días: Lunes, miércoles y viernes / martes y jueves.

DENTRO DEL PROGRAMA DE ACTIVIDAD FÍSICA Y SALUD NOS ENCONTRAMOS CON: “ACTIVIDAD FÍSICA PARA POBLACIONES ESPECIALES”

La Concejalía de Deportes en colaboración con la Consejería de Sanidad de la Comunidad de Madrid mantiene una temporada más el programa gratuito para los ciudadanos de Móstoles, que tutelados por los centros de salud de la ciudad se ofrece a las personas con perfiles de sobrepeso, para que se incluyan en clases de actividad física dirigidas

por profesionales del deporte, que se imparten en la zona de pistas exteriores del polideportivo de Villafontana, con el objetivo que la actividad física se convierta en una rutina en la vida diaria de estas personas, para ayudarles a conseguir los parámetros de salud marcados por el personal sanitario.

"EN FORMA EN TU CIUDAD"

Empieza la temporada moviéndote con nuestros profesores, recorre la ciudad y sus parques con esta actividad lúdica y saludable.

Utiliza los bastones que te prestamos para caminar y realizar mantenimiento físico, mantén un buen estado de forma y salud con nosotros. ¡Pruébalo, te gustará!

Estamos en los siguientes puntos de encuentro:

Finca Liana, Junta de Distrito Oeste, c/ Granada 5.

- Lunes-Miércoles 09.00 y 10.30 h.
- Lunes 17.00 h.

Prado Ovejero, Junta de Distrito Norte, Avda. Alcalde de Móstoles 34 / esquina c/ Violeta.

- Lunes-Miércoles 09.30 h.
- Martes 17.00 h.

PAU 4, Oficina de Atención al Vecino, Plaza del Sol 3, junto Metro Manuela Malasaña.

- Miércoles 17.00 h.

Parque Cuartel Huerta, Oficina de Participación Ciudadana, c/ San Antonio nº 2.

- Martes-Jueves 9.30 h.
- Jueves 17.00 h.

Parque Coímbra, Parque situado entre la avenida Sauce y la Avenida Rosales.

- Sábado y Domingo 09.30 y 11.00 h.

Apúntate en Cumbres, Villafontana o la Loma.

Otras actividades en nuestras instalaciones deportivas:

Villafontana:

- Tenis
- Judo
- Balonmano
- Fútbol Sala masculino y femenino

Cumbres:

- Natación
- Triatlón

Iker Casillas:

- Fútbol - 11 y fútbol - 7

Andrés Torrejón:

- Patinaje
- BMX
- Atletismo
- Triatlón
- Hockey

Rosales:

- Baloncesto
- Escalada

Loma:

- Patinaje
- Fútbol sala
- Escalada

PAU – 4:

- Balonmano
- Voleibol

Más información en www.mostoles.es

Los usuarios que tengan domiciliado el pago bancario, no será necesario hacer renovación y se incorporarán directamente a la actividad el día de inicio de las clases.

- Todos los trámites se efectuarán en cada instalación en los días asignados presentando la tarjeta de usuario.
- Se abonará el recibo en las oficinas ágiles de Bankia establecidas o cajeros con lector de código de barras, en un plazo máximo de dos días desde la recogida del mismo.
- Los precios de las actividades son trimestrales.
- Para la puesta en marcha de los grupos será necesario como mínimo un cincuenta por ciento de inscripciones.
- Se procederá a dar de baja a los usuarios que no hayan abonado el pago antes del comienzo de la actividad.

Oficinas ágiles de Bankia:

- Oficina 2807 Calle Alcalde de Móstoles cv Bécquer
- Oficina 2985 Calle Antonio Hernández, 20
- Oficina 2847 Calle Pintor Velázquez, 69
- Oficina 2855 Calle Nueva York, 24

TARJETAS

Tarjeta deporte

Es una tarjeta gratuita cuya principal ventaja es que se aplican precios especiales, tanto en alquiler de instalacio-

nes, como en el acceso a piscinas y en las actividades regladas.

El único requisito es estar empadronado en Móstoles.

- Para hacerse la TARJETA DEPORTE, es necesario presentar el D.N.I. ó Libro de familia para los menores, el padrón se comprobará desde el Centro Deportivo.
- Los menores de edad, deberán venir acompañados por sus Padres/tutores o traer una autorización de éstos para poder hacerles la tarjeta.

La expedición de las Tarjetas se realizará:

- Para los usuarios de actividades regladas.

En el Centro Deportivo donde realicen la actividad, de lunes a viernes en horario de 9,00 a 21,00 horas.

- Para los usuarios de alquileres.

En los polideportivos de Villafontana y Las Cumbres de lunes a viernes en horario de 9,00 a 21,00 horas y además en La Loma de lunes a viernes de 9:00 a 14:00 y de 16:00 a 21:00 y los fines de semana de 9:00 a 21:00.

- La TARJETA DEPORTE tiene validez en los centros deportivos Villafontana, El Soto, Las Cumbres, Rafa Martínez y La Loma, Pabellón Rosales, Pabellón Pau4 y Campos Iker Casillas.

Tarjeta pensionista

- Son titulares de tarjeta de pensionista las personas empadronadas que, teniendo menos de sesenta y cinco años, sean titulares de una pensión por invalidez, viudez, orfandad, jubilación anticipada o sean cónyuges de personas con más de sesenta y cinco años, y soliciten dichas tarjetas.
- Si la pensión no supera los 1.000 euros pedir información sobre otras ventajas.

Tarjeta para personas con discapacidad (*válida hasta los 65 años*)

- La tarjeta para personas con discapacidad se expide a las personas empadronadas en Móstoles que la soliciten y que alcancen el 33 por 100 de discapacidad, presentando al efecto el correspondiente certificado médico que acredite la situación.

Tarjeta 65

- Son titulares de Tarjeta 65 las personas mayores de sesenta y cinco años empadronadas en Móstoles que así lo soliciten.

EXPEDICIÓN DE LAS TARJETAS

Tarjeta para Personas con Discapacidad, Pensionista y 65.

- Estas tarjetas se expedirán los viernes en los polideportivos de Villafontana y Las Cumbres en horario de 10,00 a 14,00 horas y en La Loma de lunes a viernes en horario de 10,00 A 14,00 y de 16,00 a 21,00 horas.
- A partir de Enero de 2012 los beneficiarios de las diferentes tarjetas tendrán que pasarse por los Centros Deportivos Municipales, para cambiarlas por el nuevo formato. (Para las nuevas tarjetas no es necesario aportar fotografía).

- El coste de expedición de estas tarjetas es de 1 euro al año. Tanto para las nuevas tarjetas como para las renovaciones de las ya existentes.

* Durante los meses de julio y agosto el servicio de expedición de tarjetas podría verse modificado por la Campaña de Verano.

REQUISITOS TARJETA PENSIONISTA, 65 Y PERSONAS CON DISCAPACIDAD

- Presentación del D.N.I. (original).
- Estar empadronado en Móstoles.
- Nómina de pensión o jubilación (original) en el caso de la Tarjeta de Pensionista, y el Certificado de Discapacidad o tarjeta (original) en el caso de Tarjeta para Personas con Discapacidad.
- Las tarjetas son personales e intransferibles y su uso por persona diferente del titular llevará implícito la retirada de la misma sin derecho a abono de cantidad alguna por parte del Ayuntamiento.

BENEFICIOS DE LAS TARJETAS DEPORTIVAS

- TARJETA 65. Dicha tarjeta permite la inscripción en los cursos y programas ofertados al efecto de forma gratuita, siempre que su condición física así lo permita. Asimismo, dicha tarjeta facilita el acceso gratuito a las piscinas municipales de verano y de invierno durante los días y en el horario que estén abiertas al público en general.
- TARJETA PARA PERSONAS CON DISCAPACIDAD. La tarjeta permite el acceso gratuito a las piscinas municipales de verano e invierno durante los días y horarios que estén abiertos al público con carácter general. En aquellos casos que el grado de discapacidad impida al titular el acceso a la instalación por sus medios propios o que requiera ayuda permanente en la instalación para la práctica de la natación, podrá solicitarse con carácter

excepcional la tarjeta de acompañante, que permitirá exclusivamente para tal fin el acceso gratuito. A los mayores de 14 años, salvo la excepcionalidad marcada, no se les tramitará la tarjeta de acompañante. (Esta tarjeta no se expedirá a personas con discapacidad menores de 4 años, pues éstos están exentos de pagar en las piscinas municipales hasta esa edad).

- **TARJETA PENSIONISTA.** Dicha tarjeta permite la inscripción en los cursos y programas ofertados al efecto de forma gratuita, siempre que su condición física así lo permita.
- Asimismo, dicha tarjeta facilita el acceso gratuito a las piscinas municipales de verano y de invierno durante los días y en el horario que estén abiertas al público en general.

JUEGOS DEPORTIVOS MUNICIPALES

Los juegos deportivos municipales, son los programas que posibilitan la competición deportiva municipal en las diferentes edades, al margen de las competiciones federadas.

Se dividen en:

- Serie Básica de Deporte Infantil y Serie Senior o Campeonato Municipal

Dentro de la Serie Básica realizaremos desde el mes de enero hasta el mes de junio las siguientes jornadas de deportes individuales:

- Campo a través escolar: Enero 2017
- Judo: 19 marzo y 22 de abril 2017
- Rítmica: 11 marzo, 1 abril y 20 de mayo 2017
- Tenis de mesa: febrero 2017
- Ajedrez: Marzo 2017
- Artística: Marzo 2017
- Natación: Abril 2017
- Atletismo: Abril y Mayo 2017
- Bádminton: A determinar
- Patinaje artístico: A determinar
- Multideporte: Marzo y mayo 2017
- Entrega de trofeos: Junio 2017

Más información en la “Piscina Cubierta Las Cumbres”. Oficina de Campeonatos
Calle Rio Duero, 1
Teléfonos: 91 613 99 71 y 91 648 00 75
Mail: deporteinfantil@mostoles.es



ESCUELAS DE INCICIACIÓN DEPORTIVA TEMPORADA 2016/2017.

Como en temporadas pasadas la Concejalía de Deportes, oferta las escuelas de iniciación deportiva para que todos los niños que quieran participar en esa actividad, puedan hacerlo independientemente de su nivel físico o de conocimiento. El principal objetivo es divertirse realizando actividad física dirigida por profesionales deportivos que les enseñaran todo lo relacionado con el deporte de su elección.

Como novedad para estas fechas nos encontramos con la incorporación del tenis de mesa como otro deporte más a elegir por los niños de la ciudad. El precio de la actividad sería de 20,32€ al mes.

- C.P. León Felipe, los lunes y miércoles de 18.15 a 19.15

Toda la información al respecto está recogida en nuestra página web: www.mostoles.es

Para apuntarnos podemos acudir a nuestros centros de:

- Villafontana: Escuelas de Fútbol Sala, Tenis Villafontana, Judo, G. Rítmica y G. Deportiva, Balonmano, Voleibol y Multideporte.
- Las Cumbres: Escuela de Fútbol 11 y Tenis El Soto.
- La Loma: Escuela de Baloncesto, Tenis de Mesa y Patinaje.
- Las actividades comenzaron en el mes de octubre y se siguen ampliando plazas para que todos los interesados puedan participar.





Plaza de España, 1 - 28934 Móstoles (Madrid) - Tf: 91 664 75 00
Información al ciudadano 010 (si llamas desde Móstoles) www.mostoles.es

Ayuntamiento de Móstoles @AytoMostoles



OFICINAS DE INFORMACIÓN Y REGISTRO

- **Junta de Distrito 1 Centro.** Calle San Antonio, 2, bj. (C.P. 28931).
- **Junta de Distrito 2 Norte-Universidad.** Avenida Alcalde de Móstoles, 34 (esquina con C/ Violeta) (C.P. 28933).
- **Junta de Distrito 3 Sur-Este.** Calle Libertad, 34, posterior (C.P. 28937).
- **Junta de Distrito 4 Oeste.** Calle Pintor Velázquez, 68 (C.P. 28935).
- **Junta de Distrito 5 Coimbra-Guadarrama.** Calle Cedros, 71, esq. Avda. de los Rosales (C.P. 28935).
- **Oficina de Atención al Vecino (PAU 4).** Plaza del Sol, 3 (C.P. 28938).

Días de funcionamiento: Todos los días hábiles, excepto los sábados y los días 24 y 31 de diciembre.

Horario: De 9:00 a 20:00 horas.

Horario de mañana: De 9:00 a 14:00 horas. De 16 de junio a 31 de agosto ambos incluidos. De 22 de diciembre a 8 de enero ambos incluidos.