



**Jardun
zure alde,
osasunez!**

**Kirol eskaintza
2025-2026**
Actividades deportivas



Arrasate
ATE BERRIAK ZABALDUZ



Sartu gure aplikazioan

Accede a nuestra aplicación

Nahi duzunean eta edonondik zure mugikorrarekin edo tabletarekin informazioa jaso eta hainbat zerbitzu kudeatu itzazu.

infórmate y gestiona diversos servicios cuando quieras y desde donde estés mediante tu teléfono o tablet.



kirola.arrasate.eus

2025 kiroldegiko tarifak

Tarifas del polideportivo 2025

Urtekoa Anual	Lehorra edo umela Seca o humeda	Plus 2 Eremu · 2 Zonas
-18	89,55 €	134,44 €
+18	150,29 €	225,59 €
Familia	239,95 €	360,03 €

Hilabeteka Mensual	Matrikula Matrícula	Plus 2 Eremu · 2 Zonas
-18	16,17 €	12,96 €
+18	27,10 €	21,63 €
Familia	43,06 €	34,49 €

Sarrerak Entradas	Sarrerak Entradas	10eko bonoak Bonos de 10
-18	3,75 €	30,55 €
+18	6,65 €	60,85 €

Full fitness



Ikastaro honetan gainontzeko ikastaroetako jarduera desberdinak konbinatzen dira. Astero jarduera aldatuko da TRX, Body Pump, Kore Strechinga... Horrela eskaintzen diren jarduera aktibo gehienak landu ahalko dira ikastaro bakarrean. Animatu zaitetz, ez galdu aukera!!

Este curso combina diferentes actividades de los diferentes cursos ofertados. La actividad cambiará cada semana: TRX, Body Pump, Kore Streching... De esta forma, la mayoría de las actividades activas que se ofrecen se pueden practicar en un solo curso. ¡Anímate, no pierdas la oportunidad!

Gimnasioko monitore zerbitzua

Gimnasioko monitorearen laguntzarekin zure ariketen eta entrenamenduen jarraipena egin ahal izango duzu. Monitoreak gertatuko dizu behar duzun entrenamendua zuk dituzun helburuen arabera. Etorri eta galdetu gure monitoreari!

Con la ayuda del monitor del gimnasio, podrás seguir tus ejercicios y entrenamiento.

El monitor te proporcionará el entrenamiento que necesitas según tus objetivos. ¡Ven y pregúntale a nuestro monitor/a!



Bagoiez Arrasate

Jarduera Fisikorako Orientazio zerbitzua da. Zerbitzu hau doakoa da eta bere helburua Arrasatear pertsona inaktiboak aktibo bilakatzea da. Pertsona sedentarioa baldin bazara eta aktibatu nahi baduzu informatu zaitetz Musakolako kiroldegian.

Es un servicio de orientación para la Actividad Física. Este servicio es gratuito y su objetivo es convertir las personas inactivas de Arrasate en personas activas. Si eres una persona sedentaria y quieres activarte, infórmate en el polideportivo Musakola.

Musakola

Aretoko jarduerak · Actividades de sala

	Jarduera Actividad	Egunak Días	Ordutegia Horario	Hilekoa Mensual
Lasaia · Suaves	Pilates	Al/Az · Lu/Mi Ar/Og · Ma/Ju	09:30 · 10:30 · 15:00 · 17:30 · 19:30 09:15 · 18:30	40,39
	Yoga	Al/Az · Lu/Mi Os · Vi	18:30 10:30	40,39 € 24,17 €
	Body balance	Ar/Og · Ma/Ju Ar · Ma Og · Ju Os · Vi	19:30 19:30 19:30 09:30	(2x) 32,74€ (1x) 19,69€
	Egokitua	Ar/Og · Ma/Ju	17:30	24,68 €
	K-stretch	Al · Lu Ar · Ma Az · Mi Og · Ju Os · Vi	7:00 17:30 8:00 17:30 09:30	42,02 €
Aktiboak · Activos	Kore stretching	Al/Az · Lu/Mi	19:30	(2x) 40,39 €
	Total training	Al/Az · Lu/Mi	9:30	(2x) 40,39 € (1x) 24,17 €
		Ar/Og · Ma/Ju	19:30	
		Ar/Ma Og/Ju	19:30 19:30	
	Zunba	Al/Az · Lu/Mi	10:30 · 18:30	32,74 €
	Spining	Al/Az · Lu/Mi Ar/Og · Ma/Ju	07:00 · 17:30 · 18:30 · 19:30 07:00 · 09:15 · 17:30 · 18:30	32,74 €
	Body pump	Ar/Og · Ma/Ju Ar · Ma Og · Ju	10:30 · 17:30 · 18:30 18:00 18:00	(2x) 32,74€ (1x) 19,69€
	Hit-trx	Al/Az · Lu/Mi	18:30	32,74 €
Gazteak	Hit30	Ar/Os · Ma/Ju	19:00	24,17 €
	Full fitness	Al/Az · Lu/Mi Ar/Os · Ma/Ju	7:00 · 17:30 · 19:30 9:30 · 17:00 · 19:30	40,39 €
	Krosfit gazteak	Os · Vi	17:30	16,42 €
	Zunba gazteak	Os · Vi	18:30	16,42 €
+60	Spining gazteak	Os · Vi	19:30	16,42 €
	Gimnasia	Ar/Og · Ma/Ju	10:15 · 11:15	14,69 €

Musakola

Uretako jarduerak · Actividades acúaticas

	Jarduera Actividad	Egunak Días	Ordutegia Horario	Hilekoa Mensual
Gym	Aquagym	Al/Az · Lu/Mi Ar/Og · Ma/Ju	19:30 · 20:15 8:15 · 9:00	32,74 €
	Matrogym	Al/Az · Lu/Mi	15:30	32,74 €
Igeriketa · Natación	Igeriketa egokitua	Ar/Og · Ma/Ju Ar edo Og · Ma o Ju	17:30 17:30	(2x) 41,82€ (x1) 24,68€
	Helduen igeriketa	Al/Az · Lu/Mi Ar/Og · Ma/Ju	19:15 (Hastapena · Iniciación 1) 19:15 (Hastapena · Iniciación 2+3) 20:00 (Hobekuntza · Perfeccionamiento)	26,32 €
		Ar · Ma	19:15 (Igeri Training)	15,79 €
	Haurtxoak · Bebés 4 urte arte · hasta 4 años			
	Zapaburuak	Al/Lu · 6-11 Hilabete / Meses	16:30	19,69 €
		Ar/Ma · 12-23 Hilabete / Meses	16:30	
		Az/Mi · 24-35 Hilabete / Meses	16:30	
		Og/Ju · 36-47 Hilabete / Meses	16:30	
		La/Sa · 6-11 Hilabete / Meses	10:30	
		La/Sa · 12-23 Hilabete / Meses	11:00	
La/Sa · 24-35 Hilabete / Meses		11:30		
La/Sa · 36-47 Hilabete / Meses	12:00			
Umeak · Niños niñas 4 urtetik aurrera · a partir de 4 años				
Marmoka	Al/Az · Lu/Mi Ar/Og · Ma/Ju Os/La · Vi/Sa	17:00 · 17:45 · 18:30 17:00 · 17:45 17:00/9:45 · 17:45/12:30	24,17 €	
Izokina	Al/Az · Lu/Mi Ar/Og · Ma/Ju Os/La · Vi/Sa	17:00 · 17:45 17:00 · 17:45 17:45 · 10:30	24,17 €	
Marrazoa	Al/Az · Lu/Mi Ar/Og · Ma/Ju Os/La · Vi/Sa	18:30 18:30 18:30 · 11:15	24,17 €	
Marrazoa +	Og · Ju	19:15	14,50 €	

Oharrak · Avisos

- Ez abonatuek gehigarri bat izango dute: 6€ egun bateko ekintzetan eta 10€ bi egunekotan.
- 2. ekintzatik aurrera %50eko DESKONTUA preziorik baxuena duen ekintzan (igeriketa izan ezik). Ekintzetariko batek bi egunekoa izan behar du.
- Las personas no abonadas tendrán un suplemento de 6€ en las actividades de un día y 10€ en las de dos.
- A partir de la 2a actividad 50% DE DESCUENTO en la actividad de menor precio (excepto clases de natación). Una de las actividades debe ser de dos días.

Uarkape

Uarkapeko jarduerak • Actividades Uarkape

Jarduera Actividad	Egunak Días	Ordutegia Horario	Hilekoa Mensual
K-stretch	Al · Lu Ar · Ma Az · Mi Og · Ju Os · Vi	08:30 · 10:30 · 11:30 · 17:00 · 18:00 · 19:00 07:00 · 09:30 · 10:30 · 17:15 · 18:30 · 19:30 06:30 · 07:30 · 09:30 · 10:30 · 11:30 · 15:00 · 18:00 · 19:00 10:30 · 15:00 · 17:15 07:30 · 08:30	42,02 €
Hipopresiboak	Al · Lu Ar · Ma Az · Mi	07:00 · 09:30 17:30 17:15	24,17 €
Eskalada txiki (8-10 urte)	Al · Lu Az · Mi	17:30 17:30	16,42 €
Eskalada gaztetxo (10-12 urte)	Ar · Ma Og · Ju	17:30 17:30	16,42 €
Eskalada gazte (12-16 urte)	Al · Lu Az · Mi	18:30 18:30	16,42 €
Eskalada nagusiak (+16 urte)	Ar · Ma Og · Ju	18:30 18:30	24,17 €

Ate irekiak

Puertas abiertas

Irailak 8-9-10 Septiembre

Etorri eta probatu doan gure ekintzak!
Ven a probar gratis nuestras actividades!

Eman izena! • ¡Inscríbete!

📞 943 252 030

🌐 kirola.arrasate.eus

✉ kirola@arrasate.eus



Ezagutu gure instalazioak
Conoce nuestras instalaciones

MUSAKOLA

Musakola kiroldegia
📍 Elkano kalea, 27

UARKAPE

Uarkape kiroldegia
📍 Otalora Lizentziaduna Kalea, 10



Arrasate
ATE BERRIAK ZABALDUZ