



SARTU GURE APLIKAZIOAN ACCEDE 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



2024 KIROLDEGIKO TARIFAK TARIFAS DEL POLIDEPORTIVO 2024

URTEKOA ANUAL	LEHORRA EDO UMELA <i>SECA O HUMEDA</i>	PLUS 2 EREMU / 2 ZONAS
-18	86,94 €	130,52 €
+18	145,91 €	219,02 €
65	109,43 €	164,27 €
Familia	232,96 €	349,54 €

HILABETEA MENSUAL	MATRIKULA	PLUS 2 EREMU / 2 ZONAS
-18	15,70 €	12,58 €
+18	26,31 €	21 €
65	19,73 €	15,75 €
Familia	41,81 €	33,49 €

SARRERAK ENTRADAS	SARRERAK ENTRADAS	10EKO BONOAK BONOS DE 10
-18	3,65 €	29,65 €
+18	6,45 €	59,10 €



KARDIO BOX

Musika, koreografia, energia! Kick Boxingeko kolpe eta ostiko ezberdinen mugimenduak eta fitness ariketak uztartzen dituen ariketa aerobikoa. Hustu energia!

¡Música, coreografía, energía! El ejercicio aeróbico que combina los movimientos de los golpes y patadas del Kick Boxing y los ejercicios fitness. ¡Libera tu energía!

GINNASIOKO MONITORE ZERBITZUA

Gimnasioko monitore ordutegia zabaldu dugu, monitorearekin zure ariketen eta entrenamenduen jarraipena egin ahal izateko. Monitoreak gertatuko dizu behar duzun entrenamendua zuk dituzun helburuen arabera. Etorri eta galdetu gure monitoreari!

Hemos ampliado el horario de monitor de gimnasio, para que pueda hacer el seguimiento de tus ejercicios y entrenamiento. El monitor podrá asesorarte y prepararte un entrenamiento de acuerdo a tus objetivos. ¡Ven y pregunta a nuestro monitor!



BAGOIEZ ARRASATE

DOAN. Jarduera Fisikorako Orientazio Zerbitzua. Informatu Musakola kiroldegian.

GRATIS. Servicio de Orientación para la Actividad Física. Infórmate en el polideportivo Musakola.

KIROL ESKAITZTA

2024
2025

JARDUN ZURE ALDE,
OSASUNEZ!

ACTIVIDADES DEPORTIVAS



943 252 030



kirola.arrasate.eus



kirola@arrasate.eus



ARRASATEKO UDALA
AYUNTAMIENTO DE MONDRAGÓN

Kirol
Zerbitzua
kirola.arrasate.eus

MUSAKOLA ARETOKO JARDUERAK

ACTIVIDADES DE SALA

	Jarduera · Actividad	Egunak · Días	Ordutegia · Horario	Hilekoa · Mensual
LASAIAK • SUAVES	PILATES	Al/Az - Lu/Mi Ar/Og - Ma/Ju	09:30-10:30-15:00-17:30-19:30 09:15-18:30	39,60 €
	YOGA	Al/Az - Lu/Mi Os - Vi	18:30 10:30	39,60 € 23,70 €
	BODY BALANCE	Ar/Og - Ma/Ju Ar - Ma Og - Ju Os - Vi	19:30 19:30 19:30 09:30	(2x) 32,10 € (1x) 19,30 €
	EGOKITUA	Ar/Og - Ma/Ju	17:30	24,20 €
	K-STRECH	Al - Lu Ar - Ma Az - Mi Og - Ju Os - Vi	07:00 17:30 08:00 17:30 09:30	41,20 €
AKTIBOAK • ACVIVOS	KORE STRETCHING	Al/Az - Lu/Mi	19:30	(2x) 39,60 €
	TOTAL TRAINING	Al/Az - Lu/Mi Ar/Og - Ma/Ju Ar - Ma Og - Ju	09:30 19:30 19:30 19:30	(2x) 39,60 € (1x) 23,70 €
	ZUNBA	Al/Az - Lu/Mi	10:30-18:30	32,10 €
	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	32,10 €
	BODY PUMP	Ar/Og - Ma/Ju Ar - Ma Og - Ju	18:00 18:00 18:00	(2x) 32,10 € (1x) 19,30 €
	HIT-TRX	Al/Az - Lu/Mi	18:30	32,10 €
	HIT30	Ar/Os - Ma/Ju	19:00	23,70 €
	KARDIO BOX	Al/Az - Lu/Mi Ar/Os - Ma/Ju	09:30-17:30-19:30 07:00-17:00-19:00	39,60 €
	GAZTEAK	KROSFIT GAZTEAK	Os - Vi	17:30
ZUNBA GAZTEAK		Os - Vi	18:30	16,10 €
SPINING GAZTEAK		Os - Vi	19:30	16,10 €
+60	GIMNASIA + 60	Ar/Og - Ma/Ju	10:15-11:15	14,40 €

MUSAKOLA URETAKO JARDUERAK

ACTIVIDADES ACUÁTICAS

	Jarduera · Actividad	Egunak · Días	Ordutegia · Horario	Hilekoa · Mensual	
GYM	AQUAGYM	Al/Az - Lu/Mi Ar/Og - Ma/Ju	19:30-20:15 08:15-09:00	32,10 €	
	MATROGYM	Al/Az - Lu/Mi	15:30	32,10 €	
IGERIKETA	IGERIKETA EGOKITUA	Ar/Og - Ma/Ju Ar edo Og - Ma o Ju	17:30 17:30	(2x) 41,00 € (1x) 24,40 €	
	HELDUEN IGERIKETA	Ar/Og - Ma/Ju	19:15 (Hastapena · Iniciación) 20:00 (Hobekuntza · Perfeccionamiento)	25,80 €	
	HAURTZOAK BEBÉS 4 urte arte Bebés hasta 4 años ZAPABURUAK	6-11 hilabete meses 12-23 hilabete meses 24-35 hilabete meses 36-47 hilabete meses 6-11 hilabete meses 12-23 hilabete meses 24-35 hilabete meses 36-47 hilabete meses	Al-Lu Ar-Ma Az-Mi Og-Ju La-Sa La-Sa La-Sa La-Sa	16:30 16:30 16:30 16:30 10:30 11:00 11:30 12:00	19,30 €
	UMEAK NIÑOS - NIÑAS 4 urtetik aurrera A partir de 4 años	MARMOKA IZOKINA MARRAZOA	Al-Az / Lu-Mi Ar-Og / Ma-Ju Os-La / Vi-Sa Al-Az / Lu-Mi Ar-Og / Ma-Ju Os-La / Vi-Sa Al-Az / Lu-Mi Ar-Og / Ma-Ju Os-La / Vi-Sa	17:00-17:45-18:30 17:00-17:45 17:00 / 09:45 - 17:45 / 12:30 17:00-17:45 17:00-17:45-18:30 17:45 / 10:30 - 18:30 / 11:15 18:30-19:15 18:30-19:15 18:30 / 12:00	23,70 € 23,70 € 23,70 €

UARKAPE UARKAPEKO JARDUERAK

ACTIVIDADES UARKAPE

	Jarduera · Actividad	Egunak · Días	Ordutegia · Horario	Hilekoa · Mensual
	K-STRECH	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	41,20 €
	HIOPRESIBOAK	Al - Lu Ar - Ma Az - Mi	07:00-09:30 17:30 17:15	23,70 €

OHARRAK AVISOS

- Ez abonatuak 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 eguneko 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.

GOGORATU RECUERDA

Klase solteak erosteko aukera. Informa zaitez. Posibilidad de comprar clases sueltas. Infórmate.

Desde **4,65€*** tik aurrera

* Ez abonatuak instalaziora sarrera ordaindu behar dute. Las personas no abonadas deberán pagar la entrada a la instalación.

ATE IREKIAK PUERTAS ABIERTAS

IRAILAK 9-10-11 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

MUSAKOLA

Musakola kiroldegia
Elkano kalea, 27

UARKAPE

Uarkape kiroldegia
Otalora Lizentziaduna Kalea, 10



Ezagutu gure instalazioak
Conoce nuestras instalaciones