

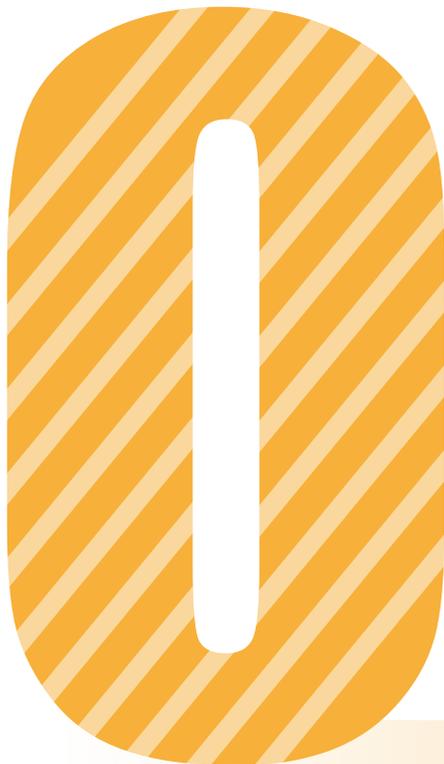


Los veranos de Alcobendas 2025

COLONIAS, CAMPAMENTOS, DEPORTES,
CAMPUS, TALLERES y mucho más ...



Ayuntamiento de
ALCOBENDAS



Índice

Deportes

Página

3

**Campamentos, talleres creativos,
escuelas de verano, colonias
y turismo juvenil**

28

Conciliación laborables no lectivos

40

**Actividades de verano
para las personas mayores**

42

Actividades de cultura y ocio

44



1

Deportes

ACTIVIDADES DEPORTIVAS

POLIDEPORTIVO MUNICIPAL JOSÉ CABALLERO

	SEMANA Del 23 al 27 de junio	1º QUINCENA Del 30 de junio al 11 de julio		2º QUINCENA Del 14 al 24 de julio		SEMANA Del 28 de julio al 1 de agosto	
CAMPUS Y MINICAMPUS	MINICAMPUS DEPORTIVO (5 a 12 años)	CAMPUS DEPORTIVO (5 a 12 años)	CAMPUS JÓVENES (13 a 15 años)	CAMPUS DEPORTIVO (5 a 12 años)	CAMPUS JÓVENES (13 a 15 años)	MINICAMPUS DEPORTIVO (7 a 12 años)	
	MINICAMPUS TENIS, PÁDEL Y PICKLEBALL	CAMPUS TENIS, PÁDEL Y PICKLEBALL	CAMPUS ESGRIMA	CAMPUS TENIS, PÁDEL Y PICKLEBALL	CAMPUS ESGRIMA	MINICAMPUS TENIS, PADEL Y PICKLEBALL	
	MINICAMPUS PATINAJE	CAMPUS GIMNASIA RÍTMICA	CAMPUS BAILE MODERNO	CAMPUS BALONCESTO	CAMPUS BAILE MODERNO		
	MINICAMPUS GIMNASIA RÍTMICA	MINICAMPUS HOCKEY (30 de junio al 4 de julio)	MINICAMPUS HOCKEY (7 al 11 de julio)	CAMPUS FÚTBOL SALA	CAMPUS TRIATLÓN		
	SUPLEMENTO COMIDA MINICAMPUS (14 a 16:30 h)	SUPLEMENTO COMIDA CAMPUS (14 a 16:30 h)		SUPLEMENTO COMIDA CAMPUS (14 a 16:30 h)			
ACTIVIDADES ACUÁTICAS		NATACIÓN BEBÉS	NATACIÓN (7-9 años)	NATACIÓN BEBÉS	NATACIÓN (7-9 años)		
		NATACIÓN (4-6 años) INICIACIÓN	NATACIÓN (10-12 años)	NATACIÓN (4-6 años) INICIACIÓN	NATACIÓN (10-12 años)		
			NATACIÓN (13-17 años)		NATACIÓN (13-17 años)		
		NATACIÓN ADULTOS INICIACIÓN (lunes/miércoles) (del 30 de junio al 23 de julio)					
		NATACIÓN MAYORES INICIACIÓN (lunes/miércoles) (del 30 de junio al 23 de julio)					
NIÑOS NIÑAS JOVENES		PÁDEL (9-14 años) INICIACIÓN	TENIS (7-17 años) INICIACIÓN		TENIS (7-17 años) INICIACIÓN		
ADULTOS		PÁDEL ADULTOS INICIACIÓN	TENIS ADULTOS INICIACIÓN	PÁDEL ADULTOS INICIACIÓN	TENIS ADULTOS INICIACIÓN		
		(lunes/miércoles) (del 30 de junio al 30 de julio) (martes/jueves) (del 1 al 31 de julio)					
		CROSSFITNESS – ALCOBENDAS EN FORMA – YOGA – ZUMBA – PILATES – BOXFITNESS					



ACTIVIDADES ACUÁTICAS – NATACIÓN BEBÉS, NIÑOS Y JÓVENES

POLIDEPORTIVO MUNICIPAL JOSÉ CABALLERO

Natación Bebés de 6 a 47 meses (Ref. 80)

Familiarización del bebé con el medio acuático en compañía de uno de sus padres (un acompañante adulto por bebé inscrito).

La actividad se realiza en piscina climatizada.

Instalación: Polideportivo Municipal José Caballero.

Duración de la clase: 30 minutos.

Obligatorio: gorro de baño (bebé y acompañante) y zapatillas de piscina.

Nivel 1: de 6 a 23 meses.

Nivel 2: de 24 a 47 meses.

Natación Infantil Iniciación (de 4 a 6 años) (Ref. 83)

Iniciación a la natación. Familiarización con el medio acuático, experimentando y descubriendo un nuevo elemento. Búsqueda de la autonomía: **Aprender a nadar.**

La actividad se realiza en piscina climatizada.

Instalación: Polideportivo Municipal José Caballero.

Duración de la clase: 45 minutos.

Obligatorio: gorro de baño y zapatillas de piscina.

No se requiere prueba de nivel.

Natación de 7 a 9 años (Ref. 84)

Iniciación a la natación (nivel 1) y perfeccionamiento de los diferentes estilos (nivel 2).

La actividad se realiza en piscina climatizada.

Instalación: Polideportivo Municipal José Caballero.

Duración de la clase: 45 minutos

Obligatorio: gorro de baño y zapatillas de piscina.

Dos niveles:

Nivel 1: no sabe nadar o nada un poco.

Nivel 2: sabe nadar (nivel medio).

No se requiere prueba de nivel.

QUINCENA del 30 de junio al 11 de julio (de lunes a viernes)

HORA DE INICIO DE LAS CLASES

Bebés nivel 1 (6 a 23 meses)

17:30 h.

18:00 h.

Bebés nivel 2 (24 a 47 meses)

17:00 h.

18:30 h.

Natación Infantil Iniciación
(4 a 6 años)

16:30 h.

17:15 h.

18:00 h.

18:45 h.

Natación (7 a 9 años) nivel 1

16:45 h.

17:15 h.

Natación (7 a 9 años) nivel 2

16:45 h.

QUINCENA del 14 al 24 de julio (de lunes a viernes)

HORA DE INICIO DE LAS CLASES

17:30 h.

18:00 h.

17:00 h.

18:30 h.

16:30 h.

17:15 h.

18:00 h.

18:45 h.

16:45 h.

18:15 h.

16:45 h.

PRECIOS

EMPADRONADOS: **26,10 €**
NO EMPADRONADOS: **39,20 €**

EMPADRONADOS: **26,10 €**
NO EMPADRONADOS: **39,20 €**

ACTIVIDADES ACUÁTICAS – NATACIÓN BEBÉS, NIÑOS Y JÓVENES

POLIDEPORTIVO MUNICIPAL JOSÉ CABALLERO



Natación de 10 a 12 años (Ref. 85)

Iniciación a la natación (nivel 1) y perfeccionamiento de los diferentes estilos (nivel 2).

La actividad se realiza en piscina climatizada.

Instalación: Polideportivo Municipal José Caballero.

Duración de la clase: 45 minutos.

Obligatorio: gorro de baño y zapatillas de piscina.

No se requiere prueba de nivel.

Dos niveles:

Nivel 1: no sabe nadar o nada un poco.

Nivel 2: sabe nadar (nivel medio).

Natación de 13 a 17 años (Ref. 79)

Perfeccionamiento de los diferentes estilos. La actividad se realiza en piscina climatizada.

Instalación: Polideportivo Municipal José Caballero.

Duración de la clase: 45 minutos.

Obligatorio: gorro de baño y zapatillas de piscina.

No se requiere prueba de nivel.

Nivel único:

Nivel 2: sabe nadar (nivel medio).

	QUINCENA del 30 de junio al 11 de julio (de lunes a viernes)	QUINCENA del 14 al 24 de julio (de lunes a viernes)
	HORA DE INICIO DE LAS CLASES	HORA DE INICIO DE LAS CLASES
Natación (10 a 12 años) niveles 1 y 2	17:30 h.	17:30 h.
Natación (13 a 17 años) nivel 2	19:00 h.	19:00 h.
PRECIOS	Empadronados: 26,10 € No empadronados: 39,20 €	Empadronados: 26,10 € No empadronados: 39,20 €



ACTIVIDADES ACUÁTICAS – NATACIÓN ADULTOS Y MAYORES

POLIDEPORTIVO MUNICIPAL JOSÉ CABALLERO



Natación Adultos Iniciación (Ref. 86)

Iniciación a la natación, habilidades básicas:
aprender a nadar.

Dirigido a usuarios de 18 a 64 años.

Actividad de dos días a la semana: lunes y miércoles, del 30 de junio al 23 de julio.

La actividad se realiza en piscina climatizada.

Instalación: Polideportivo Municipal José Caballero (piscina poco profunda).

Duración de la clase: 45 minutos.

Obligatorio: gorro de baño y zapatillas de piscina.

Nivel 1 (iniciación): aprendizaje de las habilidades básicas en el medio acuático.

No se requiere prueba de nivel.

Natación Mayores Iniciación (a partir de 65 años) (Ref. 89)

Actividad orientada al desarrollo de las habilidades básicas en el medio acuático.

Mantenimiento y mejora de la condición física general.

A partir de 65 años.

Actividad de dos días a la semana: lunes y miércoles, del 1 al 24 de julio.

La actividad se realiza en piscina climatizada.

Instalación: Polideportivo Municipal José Caballero (piscina poco profunda).

Duración de la clase: 45 minutos.

Obligatorio: gorro de baño y zapatillas de piscina.

Nivel 1 (iniciación): aprendizaje de las habilidades básicas en el medio acuático.

No se requiere prueba de nivel.

	Del 30 de junio al 23 de julio (lunes y miércoles)		PRECIOS POR CURSO	
	HORA DE INICIO DE LAS CLASES		EMPADRONADOS	NO EMPADRONADOS
Natación Adultos Iniciación (18 a 64 años)	8:45 h.	21:00 h.	25,20 €	37,80 €
Natación Mayores Iniciación (a partir de 65 años)	13:15 h.		7,10 €	10,70 €
			TITULARES DEL ABONO DEPORTE: 20,20 €	

CAMPUS Y MINICAMPUS DEPORTIVOS

POLIDEPORTIVO MUNICIPAL JOSÉ CABALLERO

Minicampus y Campus Deportivo de Verano (Ref. 88)

Dirigido a niños de 5 a 12 años. **Grupos de edad:** 5-6 años, 7 a 9 años y 10 a 12 años. No requiere prueba de nivel.

Medio seco: juegos predeportivos, deportes alternativos, deportes de equipo e individuales, ludoteca, talleres y actividades relacionadas con el medio natural.

Medio acuático: clase diaria de natación, iniciación y perfeccionamiento. Juegos y recreación.

Instalación: Polideportivo Municipal José Caballero.

Duración del campus: 5 horas diarias.

Campus Deportivo Jóvenes (Ref. 75)

Dirigido a jóvenes de 13 a 15 años.

Medio seco: deportes convencionales, actividades de *fitness*, ciclismo *indoor* y entrenamiento funcional.

Medio acuático: clase diaria de natación; perfeccionamiento de estilos; iniciación al salvamento acuático y socorrismo; juegos y recreación.

Instalación: Polideportivo Municipal José Caballero.

Duración del campus: 5 horas diarias.

⚠ Imprescindible:

- Almuerzo y bebida.
- Vestuario deportivo, gorra y zapatillas de deporte.
- En la mochila: bañador, gorro de piscina, chanclas y toalla (recomendable gafas de natación).
- Cumplimentar **ficha de alumno** entregada el primer día del campus.

	Del 23 al 27 de junio (de lunes a viernes)	Del 30 de junio al 11 de julio (de lunes a viernes)	Del 14 a 24 de julio (de lunes a viernes)	Del 28 de julio al 1 de agosto (de lunes a viernes)
	HORARIO MINICAMPUS	HORARIO CAMPUS	HORARIO CAMPUS	HORARIO MINICAMPUS
Campus (5 a 6 años)	9:00 a 14:00 h.	9:00 a 14:00 h.	9:00 a 14:00 h.	
Campus (7 a 9 años)	9:00 a 14:00 h.	9:00 a 14:00 h.	9:00 a 14:00 h.	9:00 a 14:00 h.
Campus (10 a 12 años)	9:00 a 14:00 h.	9:00 a 14:00 h.	9:00 a 14:00 h.	9:00 a 14:00 h.
Campus (13 a 15 años)		9:00 a 14:00 h.	9:00 a 14:00 h.	
PRECIOS	Empadronados: 62,60 €	Empadronados: 104,40 €	Empadronados: 104,40 €	Empadronados: 62,60 €
	No empadronados: 94 €	No empadronados: 156,60 €	No empadronados: 156,60 €	No empadronados: 94 €
SERVICIO GRATUITO DE RECEPCIÓN: 8:30 a 9:00 h. Y RECOGIDA: 14:00 a 14:30 h.				

SUPLEMENTO DE COMIDA (de 14:00 a 16:00 h. - recogida de 16:00 a 16:30 h.) (Ref. 96)

- Inscripción previa en Campus/Minicampus, requisito obligatorio.
- Al precio del Campus/Minicampus se sumaría el precio del suplemento de comida.
- Plazas limitadas.

Empadronados:

CAMPUS: **141,50 €**

MINICAMPUS: **84,90 €**

No empadronados:

CAMPUS: **212,30 €**

MINICAMPUS: **127,40 €**



CAMPUS Y MINICAMPUS TECNIFICACIÓN

POLIDEPORTIVO MUNICIPAL JOSÉ CABALLERO

Minicampus de Patinaje Artístico (Ref. 37)

Propuesto por la Delegación de Deportes y el Club Patinaje Artístico Alcobendas.

Dirigido a niños de 7 a 12 años. Grupos de edad: 7 a 9 y 10 a 12 años.

Contenidos: iniciación y perfeccionamiento de las técnicas básicas.

Juegos, talleres y recreación en el medio acuático.

Instalación: Polideportivo Municipal José Caballero.

Duración del campus: 5 horas diarias.



Imprescindible:

- Almuerzo y bebida.
- Patines de dos ejes (patinaje artístico).
- Vestuario deportivo, gorra y zapatillas de deporte.
- En la mochila: bañador, chanclas y toalla.
- Cumplimentar **ficha de alumno** entregada el primer día de minicampus.

Campus de Baile Moderno (Ref. 63)

Dirigido a niños de 7 a 9 años.

Contenidos: iniciación al baile moderno: *hip hop, funk*, etc.

Juegos, talleres y recreación en el medio acuático.

Instalación: Polideportivo Municipal José Caballero.

Duración del campus: 5 horas diarias.



Imprescindible:

- Almuerzo y bebida.
- Vestuario deportivo, gorra y zapatillas de deporte.
- En la mochila: bañador, chanclas y toalla.
- Cumplimentar **ficha de alumno** entregada el primer día de minicampus.

	Del 23 al 27 de junio (de lunes a viernes)	Del 30 de junio al 11 de julio (de lunes a viernes)	Del 14 al 24 julio (de lunes a viernes)
	HORARIO DEL MINICAMPUS	HORARIO DEL CAMPUS	HORARIO DEL CAMPUS
Patinaje Artístico (7 a 12 años)	9:00 a 14:00 h.		
Baile Moderno (7 a 9 años)		9:00 a 14:00 h.	9:00 a 14:00 h.
PRECIOS	Empadronados: 85,10 €	Empadronados: 141,80 €	Empadronados: 141,80 €
	No empadronados: 127,70 €	No empadronados: 212,70 €	No empadronados: 212,70 €

SERVICIO GRATUITO DE RECEPCIÓN: 8:30 a 9:00 h. **Y RECOGIDA:** 14:00 a 14:30 h.

SUPLEMENTO DE COMIDA (de 14:00 a 16:00 h. – recogida de 16:00 a 16:30 h.) (Ref. 96)

- Inscripción previa en Campus/Minicampus, requisito obligatorio.
- Al precio del Campus/Minicampus se sumaría el precio del suplemento de comida.
- Plazas limitadas.

Empadronados:

CAMPUS: **141,50 €**

MINICAMPUS: **84,90 €**

No empadronados:

CAMPUS: **212,30 €**

MINICAMPUS: **127,40 €**

CAMPUS Y MINICAMPUS TECNIFICACIÓN POLIDEPORTIVO MUNICIPAL JOSÉ CABALLERO



Minicampus y Campus de Tenis, Pádel y Pickleball (Ref. 67)

Propuesto por la Delegación de Deportes.

Dirigido a niños de 7 a 15 años. Grupos de edad: 7 a 9, 10 a 12 y 13 a 15 años.

Contenidos: iniciación y perfeccionamiento de las técnicas básicas.

Recreación en el medio acuático.

Instalación: Polideportivo Municipal José Caballero.

Duración del campus: 5 horas diarias.

No requiere prueba de nivel.

! Imprescindible:

- Almuerzo y bebida.
- Raquetas de tenis y pádel.
- Vestuario deportivo, gorra y zapatillas de deporte.
- En la mochila: bañador, chanclas y toalla.
- Cumplimentar **ficha de alumno** entregada el primer día de campus.

Campus de Gimnasia Rítmica (Ref. 87)

Propuestos por el Club Gimnástico Alcobendas Chamartín y la Delegación de Deportes.

Dirigido a niños de 6 a 12 años. **Grupos de edad:** 6 a 9 y 10 a 12 años.

Contenidos: iniciación y perfeccionamiento de los fundamentos técnicos de la gimnasia rítmica y de los diferentes elementos que la componen.

Actividades complementarias: danza clásica, jazz, aeróbic, juegos, talleres.

Recreación en el medio acuático.

Instalación: Polideportivo Municipal José Caballero.

Duración del campus: 5 horas diarias.

! Imprescindible:

- Almuerzo y bebida.
- Vestuario deportivo, gorra y zapatillas de deporte.
- En la mochila: bañador, chanclas y toalla.
- Cumplimentar **ficha de alumno** entregada el primer día de campus.

	Del 23 al 27 de junio (de lunes a viernes)	Del 30 de junio al 11 de julio (de lunes a viernes)	Del 14 al 24 julio (de lunes a viernes)	Del 28 de julio al 1 de agosto (de lunes a viernes)
	HORARIO DEL MINICAMPUS	HORARIO DEL CAMPUS	HORARIO DEL CAMPUS	HORARIO DEL MINICAMPUS
Tenis, Pádel y Pickleball	9:00 a 14:00 h. (10 a 12 años)	9:00 a 14:00 h. (7 a 15 años)	9:00 a 14:00 h. (7 a 12 años)	9:00 a 14:00 h. (10 a 12 años)
Gimnasia Rítmica	9:00 a 14:00 h. (6 a 9 años)	9:00 a 14:00 h. (6 a 12 años)		
PRECIOS	Empadronados: 85,10 €	Empadronados: 141,80 €	Empadronados: 141,80 €	Empadronados: 85,10 €
	No empadronados: 127,70 €	No empadronados: 212,70 €	No empadronados: 212,70 €	No empadronados: 127,70 €
SERVICIO GRATUITO DE RECEPCIÓN: 8:30 a 9:00 h. Y RECOGIDA: 14:00 a 14:30 h.				

SUPLEMENTO DE COMIDA (de 14:00 a 16:00 h. – recogida de 16:00 a 16:30 h.) (Ref. 96)

- Inscripción previa en Campus/Minicampus, requisito obligatorio.
- Al precio del Campus/Minicampus se sumaría el precio del suplemento de comida.
- Plazas limitadas.

Empadronados:

CAMPUS: **141,50 €**

MINICAMPUS: **84,90 €**

No empadronados:

CAMPUS: **212,30 €**

MINICAMPUS: **127,40 €**



CAMPUS Y MINICAMPUS TECNIFICACIÓN

POLIDEPORTIVO MUNICIPAL JOSÉ CABALLERO

Campus de Fútbol Sala (Ref. 76)

Propuesto por el CD Alcobendas Futsal y la Delegación de Deportes.

Dirigido a niños de 7 a 12 años. Grupos de edad: 7 a 9 y 10 a 12 años.

Contenidos: iniciación y tecnificación en este deporte de equipo; fundamentos técnico-tácticos tanto individuales como colectivos, juegos y deportes alternativos. Recreación en el medio acuático.

Instalación: Polideportivo Municipal José Caballero.

Duración del campus: 5 horas diarias.

⚠ Imprescindible:

- Almuerzo y bebida.
- Vestuario deportivo, gorra y zapatillas de deporte.
- En la mochila: bañador, chanclas y toalla.
- Cumplimentar **ficha de alumno** entregada el primer día del campus.

Minicampus de Hockey sobre Patines (Ref. 65)

Propuesto por el Club Patín Alcobendas y la Delegación de Deportes.

Dirigido a niños de 5 a 12 años. **Grupos de edad:** 5 a 8 y 9 a 12 años.

Contenidos: iniciación y tecnificación, fundamentos técnico-tácticos, juegos, recreación en el medio acuático.

Nivel 1 (5 a 8 años): se requiere nivel básico de patinaje.

Nivel 2 (9 a 12 años): se requiere nivel medio de patinaje.

Instalación: Polideportivo Municipal José Caballero.

Duración del campus: 5 horas diarias.

⚠ Imprescindible:

- Vestuario deportivo, gorra y zapatillas de deporte. Almuerzo y bebida.
- Patines de dos ejes, protecciones (casco, muñequeras, coderas y rodilleras).
- Palo de hockey aportado por el Club Patín Alcobendas (traer el propio si se tiene).
- En la mochila: bañador, chanclas y toalla.
- Cumplimentar **ficha de alumno** entregada el primer día de campus.

	Del 30 de junio al 4 de julio (de lunes a viernes)	Del 7 al 11 de julio (de lunes a viernes)	Del 14 al 24 de julio (de lunes a viernes)
	HORARIO DEL MINICAMPUS		HORARIO DEL CAMPUS
Fútbol Sala (7 a 12 años)			9:00 a 14:00 h.
Hockey Patines (5 a 12 años)	9:00 a 14:00 h.	9:00 a 14:00 h.	
PRECIOS	Empadronados: 85,10 €		Empadronados: 141,80 €
	No empadronados: 127,70 €		No empadronados: 212,70 €
SERVICIO GRATUITO DE RECEPCIÓN: 8:30 a 9:00 h. Y RECOGIDA: 14:00 a 14:30 h.			

SUPLEMENTO DE COMIDA (de 14:00 a 16:00 h. – recogida de 16:00 a 16:30 h.) (ref. 96)

- Inscripción previa en Campus/Minicampus, requisito obligatorio.
- Al precio del Campus/Minicampus se sumaría el precio del suplemento de comida.
- Plazas limitadas.

Empadronados:

CAMPUS: **141,50 €**

MINICAMPUS: **84,90 €**

No empadronados:

CAMPUS: **212,30 €**

MINICAMPUS: **127,40 €**

CAMPUS Y MINICAMPUS TECNIFICACIÓN POLIDEPORTIVO MUNICIPAL JOSÉ CABALLERO



Campus de Esgrima (Ref. 66)

Propuesta del Club Recreativo Esgrima Alcobendas y la Delegación de Deportes. Dirigido a niños de 9 a 13 años.

El arma principal será la espada, conocimientos de florete y sable.

Los alumnos no aportarán el material.

Contenidos: iniciación y perfeccionamiento de las técnicas básicas, fundamentos técnico-tácticos básicos, juegos adaptados, competiciones y esgrima escénica. Recreación en el medio acuático.

Instalación: Polideportivo Municipal José Caballero.

Duración del campus: 5 horas diarias.

Campus de Baloncesto (Ref. 69)

Propuesto por el Club Baloncesto Alcobendas y la Delegación de Deportes. Dirigido a niños de 7 a 12 años. Grupos de edad: 7 a 9 y 10 a 12 años.

Contenidos: iniciación y perfeccionamiento de las técnicas básicas, fundamentos técnico-tácticos, tanto individuales como colectivos, juegos y partidos, etc. Recreación en el medio acuático.

Instalación: Polideportivo Municipal José Caballero.

Duración del campus: 5 horas diarias.

⚠ Imprescindible:

- Almuerzo y bebida.
- Vestuario y calzado deportivo. En la mochila: bañador, chanclas y toalla.
- Cumplimentar **ficha de alumno** entregada el primer día del campus.

⚠ Imprescindible:

- Almuerzo y bebida.
- Vestuario deportivo, gorra y zapatillas de deporte.
- En la mochila: bañador, chanclas y toalla.
- Cumplimentar **ficha de alumno** entregada el primer día del campus.

	Del 30 al 11 de julio (de lunes a viernes)	Del 14 al 24 de julio (de lunes a viernes)
	HORARIO DEL CAMPUS	HORARIO DEL CAMPUS
Esgrima (9 a 13 años)	9:00 a 14:00 h.	9:00 a 14:00 h.
Baloncesto (7 a 12 años)	9:00 a 14:00 h.	9:00 a 14:00 h.
PRECIOS	Empadronados: 141,80 €	Empadronados: 141,80 €
	No empadronados: 212,70 €	No empadronados: 212,70 €
SERVICIO GRATUITO DE RECEPCIÓN: 8:30 a 9:00 h. Y RECOGIDA: 14:00 a 14:30 h.		

SUPLEMENTO DE COMIDA (de 14:00 a 16:00 h. – recogida de 16:00 a 16:30 h.) (Ref. 96)

- Inscripción previa en Campus/Minicampus, requisito obligatorio.
- Al precio del Campus/Minicampus se sumaría el precio del suplemento de comida.
- Plazas limitadas.

Empadronados:

CAMPUS: **141,50 €**

No empadronados:

CAMPUS: **212,30 €**

CAMPUS Y MINICAMPUS TECNIFICACIÓN

POLIDEPORTIVO MUNICIPAL JOSÉ CABALLERO



Campus de Triatlón (Ref. 62)

Propuesta del Triatlón Ecosport Alcobendas y la Delegación de Deportes.

Dirigido a niños de 10 a 14 años.

Iniciación y tecnificación en este deporte, compuesto de tres disciplinas: atletismo (carrera), bicicleta y natación.

Contenidos: técnica básica de los tres deportes (carrera, ciclismo y natación), juegos y recreación en el medio acuático.

Instalación: Polideportivo Municipal José Caballero.

Duración del campus: 5 horas diarias.

No requiere prueba de nivel de natación: nivel medio de crol, braza y espalda.



Imprescindible:

- Imprescindible:
- Almuerzo y bebida.
- Vestuario y calzado deportivo.
- En la mochila: bañador, gorro y gafas de natación, chanclas y toalla.
- Cumplimentar **ficha de alumno** entregada el primer día del campus.

Del 14 al 24 de julio
(de lunes a viernes)

HORARIO DEL CAMPUS

Triatlón (10 a 14 años)

9:00 a 14:00 h.

PRECIOS

Empadronados: **141,80 €**

No empadronados: **212,70 €**

SERVICIO GRATUITO DE RECEPCIÓN: 8:30 a 9:00 h. **Y RECOGIDA:** 14:00 a 14:30 h.

SUPLEMENTO DE COMIDA (de 14:00 a 16:00 h. – recogida de 16:00 a 16:30 h.) **(Ref. 96)**

- Inscripción previa en Campus/Minicampus, requisito obligatorio.
- Al precio del Campus/Minicampus se sumaría el precio del suplemento de comida.
- Plazas limitadas.

Empadronados:

CAMPUS: **141,50 €**

No empadronados:

CAMPUS: **212,30 €**

Pádel Iniciación de 9 a 14 años (Ref. 64)

Iniciación a este deporte, donde se desarrollan los golpes, desplazamientos, colocación y reglamento.

Dirigido a niños de 9 a 14 años.

Instalación: Polideportivo Municipal José Caballero.

Duración de la clase: 50 minutos.

Requisitos:

- Raqueta de pádel.
- Vestuario y calzado deportivo.

No requiere prueba de nivel de pádel.

Del 30 de junio al 11 de julio, de lunes a viernes.

Hora de inicio de las clases:

- De 9 a 11 años, a las 10:30 h.
- De 12 a 14 años, a las 11:20 h.

• Precios por quincena.

Empadronados: **35,10 €.**

No empadronados: **52,70 €.**

Tenis Iniciación de 7 a 17 años (Ref. 99)

Iniciación a este deporte, donde se desarrollarán los golpes, saques, desplazamientos, juego y reglamento.

Dirigido a niños de 7 a 17 años.

Instalación: Polideportivo Municipal José Caballero.

Duración de la clase: 50 minutos.

Requisitos:

- Raqueta de tenis.
- Vestuario y calzado deportivo.

No requiere prueba de nivel de tenis.

Del 30 de junio al 11 de julio, de lunes a viernes.

Del 14 al 24 de julio, de lunes a viernes.

Hora de inicio de las clases (1ª y 2ª quincena):

- De 7 a 9 años, a las 10:30 h.
- De 10 a 13 años, a las 11:30 h.
- De 14 a 17 años, a las 12:30 h.

• Precios por quincena.

Empadronados: **19,80 €.**

No empadronados: **29,70 €.**





NIÑOS Y JÓVENES

POLIDEPORTIVO MUNICIPAL JOSÉ CABALLERO

Pádel Adultos Iniciación (Ref. 78)

Iniciación a este deporte donde se desarrollarán los golpes, desplazamientos, colocación y reglamento.

A partir de 18 años.

Instalación: Polideportivo Municipal José Caballero.

Duración de las clases: 50 minutos.

Requisitos:

- Raqueta de pádel.
- Vestuario y calzado deportivo.

No requiere prueba de nivel de pádel.

Del 30 de junio al 11 de julio, de lunes a viernes.

Del 14 al 24 de julio, de lunes a viernes.

Hora de inicio de las clases (1ª y 2ª quincena):

- 19:30, 20:30 y 21:30 h.

• **Precios por quincena:**

Empadronados: **54,10 €.**

No empadronados: **81,20 €.**

Tenis Adultos Iniciación (Ref. 98)

Iniciación a este deporte donde se desarrollarán los golpes, desplazamientos, colocación y reglamento.

A partir de 18 años.

Instalación: Polideportivo Municipal José Caballero.

Duración de las clases: 50 minutos.

Requisitos:

- Raqueta de tenis.
- Vestuario y calzado deportivo.

No requiere prueba de nivel de tenis.

Del 30 de junio al 11 de julio, de lunes a viernes.

Del 14 al 24 de julio, de lunes a viernes.

Hora de inicio de las clases (1ª y 2ª quincenas):

- 9:30 h.

• **Precios por quincena.**

Empadronados: **54,10 €.**

No empadronados: **81,20 €.**



ADULTOS

POLIDEPORTIVO MUNICIPAL JOSÉ CABALLERO

Yoga (Ref. 92)

- MENSUAL -

Actividad compuesta de ejercicios suaves, respiratorios, asanas (posturas) y otras técnicas para principiantes e iniciados.

Control mental, concentración y relajación.

A partir de 18 años.

Instalación: Polideportivo Municipal José Caballero.

Duración de las clases: 60 minutos.

Requisitos:

- Vestuario y calzado deportivo.

Recomendable traer colchoneta propia.

Del 30 de junio al 30 de julio, lunes y miércoles.

Hora de inicio de las clases:

- 19:00 y 20:00 h.

Del 1 al 31 de julio, martes y jueves.

Hora de inicio de las clases:

- 10:00 h.

• **Precios:**

Empadronados: 29,40 €.

No empadronados: 44,10 €.

Crossfitnes (Ref. 82)

- MENSUAL -

Actividad enfocada a la mejora de la condición física.

Intensidad media/alta.

A partir de 18 años.

Curso mensual de dos días a la semana.

Instalación: Polideportivo Municipal José Caballero.

Duración de las clases: 45 minutos.

Requisitos: vestuario y calzado deportivo.

Del 30 de junio al 30 de julio, lunes y miércoles.

Hora de inicio de las clases: 20:00 h.

• **Precios:**

Empadronados: 29,40 €.

No empadronados: 44,10 €.

Alcobendas en forma

- MENSUAL -

(Ref. 58)

Actividad que se desarrolla en el exterior, tiene como objeto la promoción de hábitos saludables, el mantenimiento y /o mejora de la condición física.

A partir de 18 años.

Actividad mensual de dos días a la semana.

Instalación: Parque de la Vega (Plaza de los Juegos Reunidos).

Duración de las clases: 60 minutos.

Requisitos: inscripción en la actividad, vestuario y calzado deportivo.

Del 30 de junio al 30 de julio, lunes y miércoles.

Hora de inicio de las clases: 9:30 h.

• **Precios:**

Actividad gratuita (requiere inscripción).





ADULTOS

POLIDEPORTIVO MUNICIPAL JOSÉ CABALLERO

Boxfitness (Ref. 81)

- MENSUAL -

Actividad de entrenamiento que combina movimientos y técnicas del boxeo, *kickboxing* y *muay-thai*, sin contacto, con ejercicios de *fitness*.

A partir de 18 años.

Curso mensual de dos días a la semana.

Instalación: Polideportivo Municipal José Caballero.

Duración de las clases: 60 minutos.

Requisitos: vestuario y calzado deportivo.

Del 30 de junio al 30 de julio, lunes y miércoles.

Hora de inicio de las clases: 21:00 h.

• **Precios:**

Empadronados: **29,40 €.**

No empadronados: **44,10 €.**

Zumba (Ref. 71)

- MENSUAL -

Mejora la condición física de manera divertida con bailes latinos acompañados de música internacional.

A partir de 18 años.

Curso mensual de dos días a la semana.

Instalación: Polideportivo Municipal José Caballero.

Duración de la clase: 60 minutos.

Requisitos: vestuario y calzado deportivo.

Del 30 de junio al 30 de julio, lunes y miércoles.

Hora de inicio de las clases: 20:00 h.

• **Precios:**

Empadronados: **29,40 €.**

No empadronados: **44,10 €.**

Pilates Verano (Ref. 04)

- MENSUAL -

Método gimnástico en el que se trabaja el cuerpo como un todo. Fundamentado en seis principios básicos: Respiración, concentración, centralización, control, precisión y fluidez de movimiento.

A partir de 18 años.

Curso mensual de dos días a la semana.

Instalación: Polideportivo Municipal José Caballero.

Duración de la clase: 60 minutos.

Requisitos: vestuario y calzado deportivo.

Recomendable traer colchoneta propia.

Del 30 de junio al 30 de julio, lunes y miércoles.

Hora de inicio de las clases: 10:00 y 11:00 h.

Del 1 al 31 de julio, martes y jueves.

Hora de inicio de las clases: 18:00 y 19:00 h.

• **Precios:**

Empadronados: **29,40 €.**

No empadronados: **44,10 €.**



ACTIVIDADES DEPORTIVAS

CIUDAD DEPORTIVA VALDELASFUENTES

ESCUELAS DEPORTIVAS



		1ª QUINCENA 30 de junio al 11 de julio	2ª QUINCENA 14 al 24 de julio
CAMPUS	CAMPUS TAEKWONDO	CAMPUS TAEKWONDO	CAMPUS TAEKWONDO
	CAMPUS KÁRATE	CAMPUS JUDO	CAMPUS JUDO
	CAMPUS JÓVENES	CAMPUS JÓVENES	CAMPUS JÓVENES
	CAMPUS TENIS-PÁDEL	CAMPUS TENIS-PÁDEL	CAMPUS TENIS-PÁDEL
ADULTOS	JULIO		
	YOGA (M/J) (del 1 al 31 de julio)		
	SEPTIEMBRE		
	YOGA (M/J) (del 2 al 30 de septiembre)		

		1ª QUINCENA 30 de junio al 11 de julio	2ª QUINCENA 14 al 24 de julio	3ª QUINCENA 28 de julio al 8 de agosto
CAMPUS	CAMPUS DEPORTIVO (5 a 14 años)	CAMPUS DEPORTIVO (5 a 14 años)	CAMPUS DEPORTIVO (5 a 11 años)	CAMPUS DEPORTIVO (5 a 11 años)
	NATACIÓN BEBÉS	NATACIÓN BEBÉS		
	NATACIÓN INFANTIL (4-6 AÑOS)	NATACIÓN INFANTIL (4-6 AÑOS)		
ACUÁTICAS NIÑOS	NATACIÓN (7-12 AÑOS)	NATACIÓN (7-12 AÑOS)		
	NATACIÓN ADULTOS	NATACIÓN ADULTOS		
ADULTOS	JULIO			
	PILATES (M/J) (del 1 al 31 de julio)			
	SEPTIEMBRE			
	PILATES (M/J) (del 2 al 30 de septiembre)			



CAMPUS DEPORTIVOS

CIUDAD DEPORTIVA VALDELASFUENTES

Campus Deportivo Jóvenes (Ref. 75)

Dirigido a jóvenes de 14 a 17 años.

Medio acuático: técnica de estilos, técnicas de salvamento acuático y nado con aletas.

Medio seco: actividades *fitness*, ciclo *indoor* y deportes de equipo.

Instalación: Ciudad Deportiva Valdelasfuentes.

Duración del campus: 2,5 horas diarias.

! Imprescindible:

- Vestuario y calzado deportivo.
- En la mochila: bañador, gorro de piscina, chanclas y toalla.
- Cumplimentar **ficha de alumno** entregada el primer día del campus:
 - Teléfono de contacto (móvil, trabajo, casa).
 - Información previa en caso de tratamientos médicos, alergias y otras consideraciones.



	Del 30 junio al 11 de julio (de lunes a viernes)	Del 14 al 24 julio (de lunes a viernes)
	HORARIO DEL CAMPUS	HORARIO DEL CAMPUS
Deportivo Jóvenes (14 a 17 años)	9:30 a 12:00 h.	9:30 a 12:00 h.
PRECIOS POR QUINCENA	Empadronados: 62,60 €	Empadronados: 62,60 €
	No empadronados: 94,00 €	No empadronados: 94,00 €

CAMPUS TECNIFICACIÓN

CIUDAD DEPORTIVA VALDELASFUENTES

Campus de Kárate (Ref. 05)

Dirigido a niños de 6 a 12 años.

Arte marcial donde se enseñan los diferentes movimientos de defensa y ataque *katas*. Juegos y defensa personal aplicados al kárate y recreación en el medio acuático.

Instalación: Ciudad Deportiva Valdelasfuentes.

Duración del campus: 5 horas diarias.

Campus de Taekwondo (Ref. 93)

Dirigido a niños de 6 a 12 años.

Arte marcial coreano que reúne golpes con los pies, saltando o volando (*taek*), con puños (*won*) y es un arte o manera de ser (*do*).

Juegos y recreación en el medio acuático.

Instalación: Ciudad Deportiva Valdelasfuentes.

Duración del campus: 5 horas diarias.

Campus de Judo (Ref. 74)

Dirigido a niños de 6 a 12 años.

Arte marcial de contacto. Aprendizaje de caídas, movimientos y técnicas básicas e inmovilizaciones. Juegos y defensa personal aplicados al Yudo y recreación en el medio acuático.

Instalación: Ciudad Deportiva Valdelasfuentes.

Duración del campus: 5 horas diarias.

⚠ Imprescindible:

- Almuerzo y bebida.
- Vestuario deportivo, gorra y zapatillas de deporte
- En la mochila: bañador, gorro de piscina, chanclas y toalla.
- Cumplimentar **ficha de alumno** entregada el primer día del campus:
 - Teléfono de contacto (móvil, trabajo, casa).
 - Información previa en caso de tratamientos médicos, alergias y otras consideraciones.

	30 junio al 11 de julio (de lunes a viernes)	Del 14 al 24 de julio (de lunes a viernes)
	HORARIO CAMPUS	HORARIO CAMPUS
Taekwondo (6 a 12 años)	9:00 a 14:00 h.	9:00 a 14:00 h.
Kárate (6 a 12 años)	9:00 a 14:00 h.	
Judo (6 a 12 años)		9:00 a 14:00 h.
PRECIOS POR QUINCENA	Empadronados: 141,80 €	Empadronados: 141,80 €
	No empadronados: 212,70 €	No empadronados: 212,70 €

SERVICIO GRATUITO DE RECEPCIÓN: 8:30 a 9:00 h. **Y RECOGIDA:** 14:00 a 14:30 h.
LUGAR Y RECEPCIÓN DE RECOGIDA: Plaza de entrada de la C.D. Valdelasfuentes



CAMPUS TECNIFICACIÓN

CIUDAD DEPORTIVA VALDELASFUENTES

Campus de Tenis y Pádel (Ref. 67)

Dirigido a niños de 8 a 13 años. Grupo de edad: 8 a 10 y 11 a 13 años.

Fundamentos técnicos, tácticos, juegos, etc; recreación en el medio acuático.

Instalación: Ciudad Deportiva Valdelasfuentes.

Duración del campus: 5 horas diarias.



Imprescindible:

- Almuerzo y bebida.
- Raquetas de tenis y pádel.
- Vestuario deportivo, gorra y zapatillas de deporte.
- En la mochila: bañador, gorro de piscina, chanclas y toalla.
- Complimentar **ficha de alumno** entregada el primer día de campus:
 - Teléfono de contacto (móvil, trabajo, casa).
 - Información previa en caso de tratamientos médicos, alergias y otras consideraciones.



30 junio al 11 de julio
(de lunes a viernes)

HORARIO DEL CAMPUS

9:00 a 14:00 h.

Empadronados: **141,80 €**

No empadronados: **212,70 €**

Del 14 al 24 julio
(de lunes a viernes)

HORARIO DEL CAMPUS

9:00 a 14:00 h.

Empadronados: **141,80 €**

No empadronados: **212,70 €**

Tenis y Pádel (8 a 13 años)

PRECIOS POR QUINCENA

SERVICIO GRATUITO DE RECEPCIÓN: 8:30 a 9:00 h. **Y RECOGIDA:** 14:00 a 14:30 h.

LUGAR Y RECEPCIÓN DE RECOGIDA: Plaza de entrada de la C.D. Valdelasfuentes

SUPLEMENTO DE COMIDA taekwondo, kárate, judo, tenis y pádel (de 14:00 a 16:30 h.) **(Ref. 96)**

- Inscripción previa en Campus/Minicampus, requisito obligatorio.
- Al precio del Campus/Minicampus se sumaría el precio del suplemento de comida.
- Plazas limitadas.

Empadronados:

CAMPUS: **141,50 €**

No empadronados:

CAMPUS: **212,30 €**

ADULTOS

CIUDAD DEPORTIVA VALDELASFUENTES

Yoga (Ref. 92)

MENSUAL

Ejercicios suaves, respiratorios, asanas (posturas) y otras técnicas para principiantes e iniciados.

Control mental, concentración y relajación.

A partir de 18 años.

Curso mensual de dos días a la semana.

Instalación: Ciudad Deportiva Valdelasfuentes.

Duración de la clase: 60 minutos.

Requisitos: vestuario y calzado deportivo.

Del 1 al 31 de julio, martes y jueves.

– 11:00, 19:00 y 20:00h.

Del 2 al 30 de septiembre, martes y jueves.

– 11:00, 19:00 y 20:00 h.

• Precios:

Empadronados: **29,40 €.**

No empadronados: **44,10 €.**





CAMPUS DEPORTIVO

CIUDAD DEPORTIVA VALDELASFUENTES

Campus Deportivo (Ref. 52)

Dirigido a niños de 5 a 14 años.

Existen tres grupos de edad: 5 a 7, 8 a 10 y 11 a 14 años. Quincenas de julio.

Instalación: Ciudad Deportiva Valdelasfuentes.

Medio acuático: técnica de estilos de natación, según niveles, y juegos recreativos.

Medio seco: juegos y deportes alternativos, técnicas básicas de deportes convencionales, actividades con música que desarrollan el ritmo y la coordinación.

Duración del campus: 5 horas diarias (de 9:00 a 14:00 h.) Sin comida.
7 horas y media diarias (de 9:00 a 16:30 h.).
Con comida.

Requisitos

- Estar dado de alta en el Abono Deporte.
- Inscripción en la actividad.
- Vestuario y calzado deportivo.
- En la mochila: bañador, gorro de piscina, chanclas y toalla.



Imprescindible:

- Almuerzo y bebida.
- Cumplimentar **ficha de alumno** entregada el primer día de campus:
 - Teléfono de contacto (móvil, trabajo, casa).
 - Información previa en caso de tratamientos médicos, alergias y otras consideraciones.

	30 junio al 11 de julio (de lunes a viernes)	Del 14 al 24 de julio (de lunes a viernes)	Del 28 julio a 8 agosto (de lunes a viernes)
	HORARIO CAMPUS	HORARIO CAMPUS	HORARIO CAMPUS
Deportivo (5 a 7 años)	9:00 a 14:00 h. Sin comida 9:00 a 16:30 h. Con comida	9:00 a 14:00 h. Sin comida 9:00 a 16:30 h. Con comida	9:00 a 14:00 h. De 5 a 6 años
Deportivo (8 a 10 años)	9:00 a 14:00 h. Sin comida 9:00 a 16:30 h. Con comida	9:00 a 14:00 h. Sin comida 9:00 a 16:30 h. Con comida	9:00 a 14:00 h. De 7 a 8 años
Deportivo (11 a 14 años)	9:00 a 14:00 h. Sin comida 9:00 a 16:30 h. Con comida	9:00 a 14:00 h. Sin comida 9:00 a 16:30 h. Con comida	9:00 a 14:00 h. De 9 a 11 años
PRECIOS POR QUINCENA	83,50 € Sin comida 200,50 € Con comida	83,50 € Sin comida 200,50 € Con comida	83,50 € Sin comida

SERVICIO GRATUITO DE RECEPCIÓN: 8:30 a 9:00 h. **Y RECOGIDA:** 14:00 a 14:30 h.
LUGAR Y RECEPCIÓN DE RECOGIDA: Plaza de entrada C.D. Valdelasfuentes

BEBÉS Y NIÑOS

CIUDAD DEPORTIVA VALDELASFUENTES

Natación Bebés de 6 a 47 meses (Ref. 34)

Familiarización del bebé con el medio acuático en compañía de uno de sus padres.

Un acompañante adulto por bebé inscrito.

La actividad se realiza en piscina climatizada.

Duración de la clase: 30 minutos.

Instalación: Ciudad Deportiva Valdelasfuentes.

Nivel 1: de 6 a 23 meses.

Nivel 2: de 24 a 47 meses.

Bañador, toalla, gorro y zapatillas de piscina.

Requisitos:

- Estar dado de alta en el Abono Deporte (bebé y adulto acompañante).
- Inscripción en la actividad.

Natación Infantil (4 a 6 años) (Ref. 36)

Familiarización con el medio acuático, experimentando y descubriendo un nuevo elemento. Búsqueda de la autonomía: **aprender a nadar.**

Dirigido a niños de 4 a 6 años.

Duración de la clase: 45 minutos.

Instalación: Ciudad Deportiva Valdelasfuentes.

Nivel 0: (no se requiere prueba de nivel).

Nivel 1: (prueba de nivel). Pruebas de nivel: viernes, de 17:00 a 17:45 h.

Bañador, toalla, gorro y zapatillas de piscina.

Requisitos:

- Estar dado de alta en el Abono Deporte (*).
- Inscripción en la actividad.

(* Los niños accederán a la piscina acompañados por un adulto abonado.

Natación de 7 a 12 años (Ref. 57)

Familiarización con el medio acuático, Experimentando y descubriendo un nuevo elemento. Búsqueda de la autonomía: **aprender a nadar.**

Dirigido a niños de 7 a 12 años.

Duración de la clase: 45 minutos.

Instalación: Ciudad Deportiva Valdelasfuentes.

Nivel 0: (no se requiere prueba de nivel).

Bañador, toalla, gorro y zapatillas de piscina.

Requisitos:

- Estar dado de alta en el Abono Deporte (*).
- Inscripción en la actividad.

(* Los niños accederán a la piscina acompañados por un adulto abonado.

	Del 30 de junio al 11 julio (de lunes a viernes)	Del 14 al 24 de julio (de lunes a viernes)	PRECIOS POR QUINCENA
	HORA DE INICIO DE LAS CLASES	HORA DE INICIO DE LAS CLASES	
Natación Bebés nivel 1 (6 a 23 meses)	17:00 h.	17:00 h.	15,90 €
Natación Bebés nivel 2 (24 a 47 meses)	17:30 h.	17:30 h.	
Natación Infantil (4 a 6 años) nivel 0	18:00 h.	18:00 h.	
Natación Infantil (4 a 6 años) nivel 1	18:45 h.	18:45 h.	
Natación (7 a 12 años) nivel 0	19:30 h.	19:30 h.	



ADULTOS

CIUDAD DEPORTIVA VALDELASFUENTES

Natación Adultos (Ref. 35)

Dos niveles: iniciación y perfeccionamiento

A partir de 18 años.

Instalación: Ciudad Deportiva Valdelasfuentes.

Duración de la clase: 45 minutos.

Nivel 1: grupo de iniciación.

Aprendizaje de las habilidades básicas.

No requiere prueba de nivel.

Nivel 2: grupo de perfeccionamiento.

Perfeccionamiento de habilidades y estilos:

Crol, braza y espalda (piscina profunda).

Requiere prueba de nivel (mínimo, nivel 2).

Pruebas de nivel: viernes de 17:00 a 17:45 h.

Requisitos:

- Estar dado de alta en el Abono Deporte.
- Inscripción en la actividad.
- Bañador, toalla, gorro y zapatillas de piscina.

Del 30 de junio al 11 de julio, de lunes a viernes.

Del 14 al 24 de julio, de lunes a viernes.

Hora de inicio de las clases (1ª y 2ª quincenas):

- Nivel 1: a las 20:15 h.
- Nivel 2: a las 21:00 h.

• **Precio por quincena: 18,20 €.**

Pilates (Ref. 40)

- MENSUAL -

Método gimnástico en el que se trabaja el cuerpo como un todo. Fundamentado en seis principios básicos: respiración, concentración, centralización, control, precisión y fluidez de movimiento.

A partir de 18 años.

Instalación: Ciudad Deportiva Valdelasfuentes.

Duración de las clases: 60 minutos.

Curso mensual de dos días a la semana.

Requisitos:

- Estar dado de alta en el Abono Deporte.
- Inscripción en la actividad.
- Vestuario deportivo.

Del 1 al 31 de julio, martes y jueves.

Del 2 al 30 de septiembre, martes y jueves.

Horarios de inicio de las clases:

- 10:00 y 19:00 h.

• **Precio: 28,40 €.**





FECHAS DE INSCRIPCIÓN

Forma de inscripción: telemática en alcobendas.org, telefónica y presencial.

Natación, actividades deportivas y campus:

Empadronados: a partir del 21 de mayo.

No empadronados: a partir del 3 de junio.

Actividades verano con abono deporte:

Campus deportivos: a partir del 21 de mayo.

Resto de actividades: a partir del 27 de mayo.

IMPORTANTE

Para facilitar la inscripción telemática, los solicitantes deberán identificarse utilizando el sistema Cl@ve, certificado electrónico o DNI electrónico. Para realizar el registro presencial de Cl@ve se puede acudir sin cita previa a las oficinas del Servicio de Atención Ciudadana del Ayuntamiento.

DESCUENTOS

- Los deportistas federados en clubes locales tendrán precio de empadronado en las escuelas deportivas o en campus deportivos que se corresponden con la especialidad de su ficha deportiva.
- Descuento de un 30% a familias inscritas en el Registro Municipal de Familias Numerosas de Alcobendas y a familias monoparentales inscritas en el Registro Municipal de Familias Monoparentales de Alcobendas, aplicable a cursos y campus de escuelas deportivas municipales hasta que los hijos cumplan la edad de 21 años.
- Descuento del 50% en el segundo hijo y gratuidad del tercero y siguientes aplicable a aquellos hijos que hayan nacido a la vez de familias empadronadas en Alcobendas (gemelos, trillizos) hasta su mayoría de edad.
- Cursos monográficos: se les aplicará un 20% de descuento a los titulares del Abono Deporte.

CRITERIOS DE EDAD

Para la inscripción en cualquiera de las actividades ofertadas, se ha de tener cumplida la edad mínima requerida antes de la fecha de inicio de la actividad, o cumplirla durante el periodo de duración de la misma.



INFORMACIÓN E INSCRIPCIONES

Desde el 21 de mayo.

Telemáticas

En www.alcobendas.org

Presenciales

POLIDEPORTIVO MUNICIPAL JOSÉ CABALLERO

Avenida de la Transición Española, 7.

Lunes a jueves: de 8:30 a 21:00 h.

Viernes: de 8:30 a 14:00 y de 15:30 a 20:00 h.

Del 15 de julio hasta el 31 de agosto:

de lunes a viernes, de 8:30 a 14:30 h.

CIUDAD DEPORTIVA VALDELASFUENTES

C/ Miguel de Cervantes, 4.

Lunes a jueves: de 8:30 a 21:00 h.

Viernes: de 8:30 a 14:00 y de 15:30 a 20:00 h.

Del 15 de julio hasta el 31 de agosto:

De lunes a viernes, de 8:30 a 14:30 h.

Telefónicas (SAC)

– **010** (coste de llamada según operadora de telefonía).

– **91 296 90 88**

Horario de atención:

De lunes a viernes: de 8:30 a 14:30 y de 16:00 a 19:00 h.

Julio y agosto, tardes sin servicio.

BAJAS Y DEVOLUCIONES

Bajas y devoluciones

La comunicación de la baja deberá realizarse antes del inicio de la actividad. La cantidad a devolver será el importe cobrado.

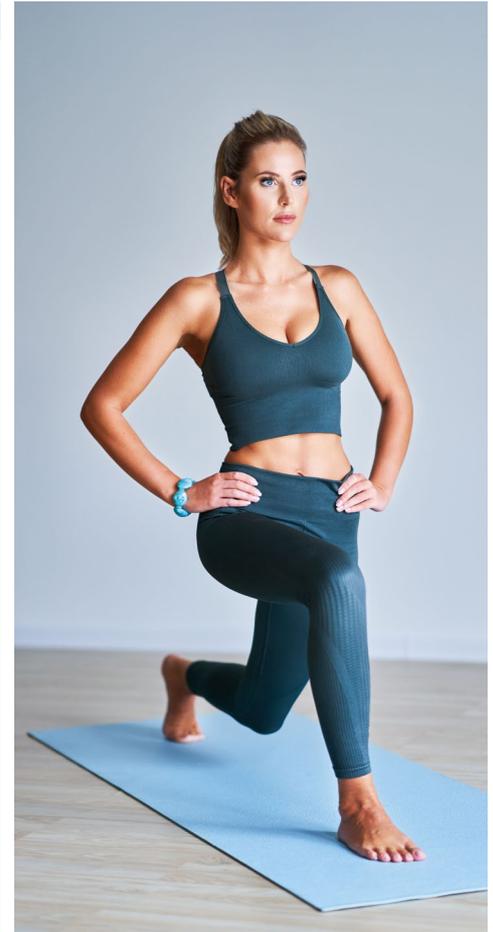
Una vez iniciada la actividad, sólo se devolverá parte de la cuota pagada por anticipado cuando el usuario solicite la baja en base a enfermedad grave o prolongada del alumno o alumna, justificada mediante documento médico oficial.

En caso de haber asistido a la actividad más del 50% del tiempo establecido, no procederá la devolución.

La información completa sobre bajas y devoluciones también se puede consultar en la página web del Ayuntamiento:

www.alcobendas.org

La inscripción en la actividad otorga al Ayuntamiento de Alcobendas el permiso para usar, publicar, exponer, producir, duplicar y distribuir reproducciones fotográficas y grabaciones de audio/vídeo (en cualquier tipo de formato) realizadas durante el desarrollo de las actividades para un uso divulgativo y deportivo, respetando en todo momento el derecho al honor, a la intimidad personal y a la propia imagen de los usuarios, siempre y cuando se cumpla lo preceptuado por la normativa de la LOPD.





Campamentos, talleres creativos, escuelas de verano, colonias y turismo juvenil



CAMPAMENTOS

Disfruta del verano viajando a otros destinos de la mano de IMAGINA, conociendo nuevos amigos y disfrutando de actividades al aire libre en entornos naturales. Una experiencia para disfrutar con programas adaptados a las diferentes edades, avalados por la experiencia en el desarrollo de programas de ocio y tiempo libre y con los mejores equipos de animación.



Campamentos Náuticos

Una oferta refrescante, para personas que quieran practicar este verano deportes náuticos mientras disfrutan del sol y la playa. Una propuesta que complementa las actividades de animación y ocio y tiempo libre, con actividades náuticas, deportivas y de playa, adecuadas al entorno. Práctica de vela ligera, windsurf, kayak, paddle surf y paddle gigante, disfruta de hidro pedales y banana sky o donutsky. Realiza diferentes talleres, juegos, deportes, veladas y excursiones en el entorno. Además, se visitará el Museo flotante y el Aquopolis de Torrevieja.

LUGAR: Los Alcázares (Murcia).

PRECIOS:

- Empadronados Alcobendas: **265 €.**
- Trabajadores Alcobendas: **318 €.**
- Resto: **530 €.**

Juvenil 15 a 17 años

· NOVEDAD ·

FECHAS: del 11 al 20 de julio.

EDADES: 15 a 17 años (fecha de nacimiento entre 2010 y 2008).

PLAZAS: 80.

Infantil

FECHAS: del 1 al 10 de julio.

EDADES: de 9 a 12 años (fecha de nacimiento: entre 2016 y 2013).

PLAZAS: 69.

Juvenil 13 a 15 años

FECHAS: del 22 al 31 de julio.

EDADES: de 13 a 15 años (fecha de nacimiento: entre 2012 y 2010).

PLAZAS: 59.

REUNIONES INFORMATIVAS PARA FAMILIAS:

11 de junio en la Ciudad Deportiva Valdela Fuentes

- Infantil y juvenil (13 a 15 años), a las 17:30 h
- Juvenil (15 a 17 años), a las 19:30 h

Campamento Multiaventura

Disfruta de actividades multiaventura, conoce un nuevo entorno, amigos y muchas nuevas aficiones. Un programa de actividades de ocio y tiempo libre complementadas con la práctica de diferentes deportes acuáticos (coastering, aquaesports, aquagym), multiaventura (escalada, rappel, tirolesa, senderismo, tiro con arco) así como yincanas, juegos en consonancia con el entorno veladas y excursión a Estartit y Pou de Glaç.

LUGAR: La Bisbal d'Empordà (Gerona).

PRECIOS:

- Empadronados Alcobendas: **265 €.**
- Trabajadores Alcobendas: **318 €.**
- Resto: **530 €.**

Juvenil

FECHAS: del 28 de junio al 7 de julio.

EDADES: de 13 a 16 años (fecha de nacimiento: entre 2012 y 2009).

PLAZAS: 80.

Infantil

FECHAS: del 16 al 25 de julio.

EDADES: de 9 a 12 años (fecha de nacimiento: entre 2016 y 2013).

PLAZAS: 70.

REUNIÓN INFORMATIVA PARA FAMILIAS:
4 de junio a las 17:30 h. C.D. Valdelasfuentes.

Campamento de Naturaleza y Medioambiente Infantil

La educación ambiental y sostenibilidad, pilares de una semana donde disfrutar de un completo programa de actividades de ocio y tiempo libre. Un campamento pensado para compartir en el medio natural, realizando rutas por el entorno, observando la naturaleza, contemplando las estrellas en la noche de vivac y participando en diferentes talleres creativos, deportes y actividades de educación ambiental. Dejando espacio para actividades multiaventura y acuáticas.

FECHAS: del 17 al 24 de julio de 2025.

LUGAR: La Vera (Cáceres).

EDADES: de 7 a 11 años (fecha de nacimiento: entre 2018 y 2014).

PLAZAS: 45.

PRECIOS:

- Empadronados Alcobendas: **200 €.**
- Trabajadores Alcobendas: **240 €.**
- Resto: **400 €.**

REUNIÓN INFORMATIVA PARA FAMILIAS:
3 de junio a las 17:30 h. C.D. Valdelasfuentes.



SORTEO, PAGO Y DOCUMENTACIÓN PARA LOS CAMPAMENTOS

Preinscripción/solicitud de número de sorteo

Telemáticas

www.alcobendas.org (necesario Cl@ve, certificado digital o DNI electrónico).

Preinscripción y obtención de número de sorteo para empadronados: del 1 de abril, desde las 8:30 h. hasta el 8 de abril, a las 14 h.

Para solicitar acceso a Cl@ve puede acudir, sin cita previa, a las oficinas del SAC del Ayuntamiento.

Si tiene dificultades para realizar el trámite, puede llamar al 010 (coste de la llamada según su operadora de telefonía) o al 91 296 90 88 (si llama desde un móvil o desde fuera de Alcobendas).

Normativa para el sorteo

1. Sólo se podrá obtener un único número de sorteo para una única actividad por participante.
2. En un mismo formulario se podrán solicitar hasta 4 números de sorteo para 4 participantes diferentes en la misma actividad.
3. El número que salga en cada uno de los sorteos será el primero a partir del cual se asignarán el número de las plazas correspondientes a cada uno de los campamentos.
4. Fecha del sorteo: **10 de abril a las 17:30 h desde el salón de plenos del ayuntamiento. También podrá seguirse en directo, a través de www.alcobendas.org.**

Inscripciones y pago

Telemáticas

Una vez obtenida plaza tras el sorteo, a través de www.alcobendas.org (necesario Cl@ve, certificado digital o DNI electrónico).

Fechas: Del 14 de abril, desde las 8:30 h. hasta el 24 de abril a las 14:00 h.

Las personas no agraciadas en el sorteo quedarán en lista de espera.

Para personas **no participantes en el sorteo y en el caso de que quedasen** plazas libres:

- **Empadronados:** a partir del **8 de mayo** a las 8:30 h.
- **No empadronados:** a partir del **12 de mayo** a las 8:30 h.

Documentación necesaria para finalizar la inscripción de campamentos

Es **OBLIGATORIO** enviar la siguiente documentación durante el trámite de inscripción:

1. Autorización de campamentos.
2. Copia de la tarjeta sanitaria.
3. Copia del DNI del participante (obligatorio para mayores de 14 años).



TALLERES CREATIVOS

Artes Escénicas

Conoce y desarrolla tus aptitudes artísticas en un entorno divertido y seguro, donde tú eres protagonista. Un espacio de expresión creativa donde descubrirás facetas artísticas tuyas que ni te habías imaginado. El taller será una fiesta para tus sentidos y aprenderás a conocerte, a comunicarte con otras personas, a trabajar en equipo, a sacar punta a tu sentido del humor, encontrando nuevos amigos. Todo ello observando las artes escénicas desde otro punto de vista.

Fechas: taller quincenal del 1 al 15 de julio y del 16 al 31 de julio.

Horario: de 10 a 14 h.

Edad: de 12 a 17 años Nacidos del 2008 al 2013.

Lugar: Escuela Municipal de Música y Danza.

Precio/quincena: Empadronados: 70 €; Trabajadores en Alcobendas: 85 €; Resto: 137 €.

Baile urbano

Baila, muévete de forma amena y divertida, explora tu talento y conoce a jóvenes como tú. La danza urbana, abarca un conjunto diverso de estilos de baile que surgieron y evolucionaron en entornos urbanos. Este taller te permitirá tener un primer contacto y explorar algunos de los estilos más famosos y creografías de Tik Tok.

Fechas: Del 1 al 15 de julio y del 16 al 31 de julio.

Horario: de 10:30 a 13:30 h.

Edad: de 12 a 17 Nacidos del 2008 al 2013.

Lugar: Escuela de Música y Danza.

Precio/quincena: Empadronados: 66,50 €; Trabajadores en Alcobendas: 80 €. Resto: 133 €.

CreaLab

Laboratorio creativo para poner en práctica las ideas de los jóvenes. Un espacio lúdico donde se fomentará la interacción social y la expresión personal, a la vez que desarrollas tus capacidades creativas y transformas tus ideas en acción.

Utilizarás todo tipo de materiales y herramientas tecnológicas.

Fechas: del 16 al 31 de julio.

Horario: de 11 a 14 h.

Edad: de 12 a 17 años. Nacidos del 2008 al 2013.

Lugar: Imagina.

Precio: Empadronados: 66,50 €; Trabajadores en Alcobendas: 80 €. Resto: 133 €.



Inscripciones

Telemáticas

www.alcobendas.org (necesario Cl@ve, certificado digital o DNI electrónico).

Para solicitar acceso a Cl@ve puede acudir, sin cita previa, a las oficinas del SAC del Ayuntamiento.

Empadronados: del 22 de abril al 6 de junio; Trabajadores: del 29 de abril al 6 de junio y Resto: del 7 de mayo al 6 de junio).

El 25 de julio no habrá talleres por ser día festivo.



ESCUELAS DE VERANO

Arte

Taller artístico con aproximación a la lengua inglesa que emplea el arte como medio para favorecer el desarrollo de la creatividad y las aptitudes artísticas. Se realizan actividades y juegos adaptados mediante la exploración de las artes visuales (cerámica, pintura, dibujo, escultura...). La escuela es semanal, los contenidos son diferentes en cada semana y te puedes inscribir a tantas semanas como desees abonando la tarifa correspondiente.

Fechas: del 23 de junio al 24 de julio.

Horario: semanal de lunes a viernes, de 09 a 14 h.

Edad: de 5 a 10 años (nacidos desde 2015 a 2020).

Lugar: Centro de Arte Alcobendas.

Precio: Empadronados: 36 €; **Trabajadores:** 43 €; **Resto:** 71,50 €.

Circo

Aventúrate en el maravilloso mundo del circo donde podrás disfrutar y desarrollar todas tus habilidades a través del juego y trabajo en equipo. En un espacio seguro y muy divertido practicarás las siguientes técnicas circenses: malabares, acrobacias, trapecio, aro aéreo, equilibrios, telas. La escuela es semanal, los contenidos son diferentes en cada semana y te puedes inscribir a tantas semanas como desees abonando la tarifa correspondiente.

Fechas: Del 14 de julio al 8 de agosto.

Horario: De 9:30 a 14:00h (entrada flexible de 9:00 a 9:30 h).

Edad: de 4 a 12 años, según grupos (de 2021 a 2013) (Imprescindible tener cumplidos 4 años al inicio de la actividad).

Lugar: Invernadero del Arroyo de la Vega.

Precio: Empadronados: 36 €; **Trabajadores:** 43 €; **Resto:** 71,50 €.

Inscripciones

Telemáticas

A través de www.alcobendas.org (necesario Cl@ve, certificado digital o DNI electrónico).

Para solicitar acceso a Cl@ve puede acudir, sin cita previa, a las oficinas del SAC del Ayuntamiento.

Fechas:

Empadronadas: del 22 de abril al 6 de junio;

Trabajadores: del 29 de abril al 6 de junio;

Resto: del 7 de mayo al 6 de junio.

El 25 de julio no habrá talleres por ser día festivo.



COLONIAS URBANAS – CONCILIACIÓN FAMILIAR

Información general	Lugares
<p>Edades: De 4 a 12 años (fecha de nacimiento: entre 2013 y 2021).</p> <p>Fechas: Del 1 al 15 de julio, del 16 al 31 de julio, del 1 al 14 de agosto y del 18 al 29 de agosto. El 25 de julio y el 15 de agosto son festivos.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Durante el mes de julio en los Colegios Públicos Bachiller Alonso López, Castilla, Daoiz y Velarde, Emilio Casado, Federico García Lorca y Valdepalitos. • Durante el mes de agosto en el CEIP Federico García Lorca.

SERVICIOS, PRECIOS Y HORARIOS:

Colonias en julio y agosto de 2025	Horarios	Empadronados Alcobendas
Colonia	De 9:00 a 14:00 h. (A)	72 €
Colonia + Comida	De 9:00 a 15:00 h. (C y A)	103,50 €
Primeros de la Colonia + Colonia	De 7:30 a 14:00 h. (B)	98,50 €
Primeros de la Colonia + Colonia + Comida	De 7:30 a 15:00 h. (B y C)	130 €
Colonia + Comida + Últimos de la Colonia	De 9:00 a 16:00 h. (A y D)	110,55 €
Primeros de Colonia + Colonia + Comida + Últimos de la Colonia	De 7:30 a 16:00 h. (B y D)	137,05 €
Los Primeros de la Colonia	De 7:30 a 9:00 h. (B y E)	26,50 €
Los Últimos de la Colonia	Hasta las 16:00 h. (D y E)	7,05 €

(A) Existe flexibilidad en el horario de entrada, de 9 a 9:30 h.

(B) Este servicio incluye desayuno.

(C) Existe flexibilidad en el horario de salida de 15:00 a 15:30 h.

(D) Existe flexibilidad en el horario de salida de 16:00 a 16:30 h.

(E) No se puede contratar exclusivamente este servicio adicional sin la actividad de colonia.

El precio incluye: tentempié de media mañana para todos los participantes, actividades, piscina, espectáculo, talleres, juegos y materiales específicos.

El desayuno, tentempié y comida se llevará a cabo a través de un servicio de *catering*.

En caso de disponibilidad de plazas para trabajadores de Alcobendas y no empadronados, se informará en la web municipal de los precios correspondientes reflejados en los Precios públicos Alcobendas 2025.



NUEVO PROCEDIMIENTO INSCRIPCIONES Y CONDICIONES DE COLONIAS

Preinscripción/solicitud de número de sorteo

Telemáticas

www.alcobendas.org

Para participar, deberá registrarse previamente para obtener el número del sorteo. Será requisito, indicar sus preferencias por orden de prioridad.

Preinscripción y obtención de número de sorteo para empadronados: del 29 de abril hasta el 8 de mayo.

Fecha del sorteo: 22 de mayo a las 17:30 h desde el salón de plenos del ayuntamiento. También podrá seguirse en directo, a través de www.alcobendas.org.

Normativa para el sorteo de Colonias

1. Se podrá obtener un único número de sorteo por unidad familiar empadronada en Alcobendas.
2. Durante la preinscripción, se seleccionan por orden de preferencia la colonia y quincena.
3. El orden de preferencia no implica la asignación de colonia y quincena seleccionada.
4. Una vez realizado el sorteo se enviará un correo electrónico con la plaza asignada y la información para formalizar la inscripción y el pago.

Inscripciones y pagos

Telemáticas

A través de www.alcobendas.org

Fechas:

- Del 23 al 30 de mayo: plazas asignadas en el sorteo.

Durante la inscripción, se seleccionarán los servicios adicionales a la colonia (comida, primeros y/o últimos de colonia). **NO SE PODRÁN HACER CAMBIOS NI AMPLIACIONES** posteriores de estos servicios.

Para familias no relacionadas con Servicios Sociales e interesadas en plazas de integración (discapacidad) contactar con APAMA (ocio@apama.es)



NORMATIVA PARA EL PAGO DE CAMPAMENTOS, TALLERES CREATIVOS, ESCUELAS DE VERANO Y COLONIAS URBANAS

Normativa para el pago

1. Si el número de plazas ocupadas en una actividad no llega a un número mínimo de participantes, la actividad no será llevado a cabo, realizándose la devolución del importe abonado íntegro.
2. Según normativa de Precios Públicos no se inscribirán personas con recibos pendientes de pago.
3. El pago fraccionado se aplica para importes superiores a 250 € y únicamente para personas empadronadas. Se puede abonar en uno o tres recibos. Se cobrará el primer recibo en el momento de la inscripción y los otros, en los meses sucesivos.
4. El pago se realizará a través de tarjeta bancaria.
5. Imprescindible contar con una cuenta de correo electrónico para hacerle llegar los justificantes de preinscripción, sorteo, inscripción y del pago.
6. En caso de no realizar el pago en las fechas indicadas, la plaza preasignada se perderá. Se recomienda consultar el correo electrónico, en las fechas indicadas.
7. Descuentos de familias numerosas: 20% para todos los hijos/as de las familias numerosas de Alcobendas, debidamente inscritas en el registro de familias numerosas del Ayuntamiento.
8. Para considerar empadronado a un menor deberá tener esta consideración el mismo/a y uno de sus padres o tutores legales, excepto si se demuestra documentalmente que los padres viven fuera de la Comunidad de Madrid, mediante certificado de empadronamiento.

Si tiene dificultades para realizar los trámites o desea ampliar información, puede llamar al 010 (coste de la llamada según su operadora de telefonía) o al 91 296 90 88 (si llama desde un móvil o desde fuera de Alcobendas). Horario: de 8:30 a 14:30h. y de 16:00 a 19:00h. de lunes a viernes (julio y agosto tardes cerrado).



Bajas y devoluciones (según normativa de Precios Públicos)

Deberá comunicarlo en el SAC: 010* (desde Alcobendas) o 91 296 90 88 (desde fuera de Alcobendas o móvil).

Si la comunicación de la baja se realiza:

- a. **antes de 15 días hábiles****, se devolverá el importe abonado menos 12 € por gastos administrativos.
- b. **desde 15 hasta 7 días hábiles**** antes del comienzo de la actividad, se devolverá el importe abonado, menos 36 €, que se reservan para sufragar gastos del proceso administrativo ante el incremento de gestión administrativa.
- c. **7 días hábiles**** o menos antes del comienzo de la actividad, no habrá derecho a devolución.

La información completa sobre bajas y devoluciones también se puede consultar en la página web del Ayuntamiento:

www.alcobendas.org

No existe posibilidad de cambios ni ampliaciones en Colonias.

* Coste de la llamada según tarifa de su compañía telefónica.

** El sábado y el domingo no se consideran hábiles.



COLONIAS DE INTEGRACIÓN

Servicios sociales

Habrán plazas destinadas a niños de entre 4 y 12 años que se realizarán en las colonias urbanas durante los meses de julio y agosto y serán gratuitas.

Las inscripciones se realizarán en el departamento de Servicios Sociales del Ayuntamiento de Alcobendas (C/Libertad, 6), previa comunicación con el profesional de referencia de cada familia.

Tienen como finalidad continuar, durante el periodo estival, con el trabajo que se viene realizando desde los servicios sociales con los niños y sus familias.

Educación Especial para Personas con Discapacidad

El Ayuntamiento apoyará a las familias con hijos con necesidad de educación especial para que estos participen en actividades de ocio y tiempo libre, se favorezca la autonomía personal, la relación social con el grupo de iguales al tiempo que se facilite la conciliación de la vida laboral de sus familias.

Este apoyo se realizará a través de tramitación de ayuda económica a las familias, quienes deberán realizar una solicitud al departamento de Servicios Sociales acompañada de presupuesto, por escrito, del campamento urbano al que deseen llevar a sus hijos (en el que indiquen las fechas, el horario, las actividades y el precio de este) así como documentación acreditativa de la situación sociofamiliar que se considere imprescindible para la tramitación de ayuda.

Desde Servicios sociales se valorará la posibilidad de apoyar con el pago de dicha actividad conforme a las bases de la convocatoria de prestaciones y ayudas económicas para la atención de necesidades básicas vigente.



VERANO ECOLÓGICO Y TURISMO JUVENIL

Verano ecológico: Aula de Naturaleza

Actividad dirigida a niños de primaria. Se realizarán actividades donde se podrá conocer, de una manera lúdica y participativa, como cuidar y respetar el medioambiente. Los materiales necesarios para realizar la actividad serán aportados por los participantes, al formalizar la inscripción se les facilitará una lista.

Fechas:

- La primera quincena 30 de junio al 11 de julio.
- La segunda quincena 14 al 24 de julio.

Horario: de 10:00 a 13:00 h.

Fecha de nacimiento: entre del 2013 al 2018.

Lugar: Aula de Naturaleza.

Inscripción: a partir del 5 de mayo a través de la web imagonalcobendas.org.

Número de plaza: 15 por quincena.

Precio: Gratuito y dirigido a familias empadronadas en Alcobendas.

Turismo Juvenil

Dirigido a jóvenes de Alcobendas de **18 a 30 años**.

Fechas: del 21 al 27 de junio.

Ruta: Camino de Santiago Portugués.

Precio: 267 €.

El precio incluye: Transporte de ida y vuelta desde Alcobendas en autobús, alojamiento en pensión, albergue u hostel de la zona en la que se termine cada día la etapa, guía acompañante y pensión completa (desayuno, almuerzo, comida y cena) excepto las comidas de los días de ida y vuelta que se realizarán in itinere. Incluye seguro de responsabilidad civil, coche de apoyo, credencial del peregrino y transporte de mochilas.

Inscripciones: a partir del 1 de abril.

A través de www.alcobendas.org (necesario Cl@ve, certificado digital o DNI electrónico).

Para solicitar acceso a Cl@ve puede acudir, sin cita previa, a las oficinas del SAC del Ayuntamiento.

Reunión el 10 de junio en Imagina.



OPEN DAYS

Días de descuento especiales en los parques temáticos 2025.

Este verano disfruta de los descuentos especiales que ofrecen los parques temáticos de Madrid a los vecinos de Alcobendas.

Se presentará el DNI o empadronamiento en las taquillas de los parques para acreditar el empadronamiento. Válido para la persona empadronada y 3 más. Ofertas válidas para los días indicados. Promociones no acumulables a otros descuentos.

Parque de Atracciones

Fechas: 24 y 25 de mayo.

Precio: 22,50 €/persona o entrada con menú 34,40 €.

Compra de entradas: en taquillas del parque en la web con código.

www.parquedeatracciones.es

Faunia

Fechas: 28 y 29 de junio.

Precio: 16,90 € por persona o entrada con menú a 26,90 €.

Compra de entradas: en la taquilla.

www.faunia.es

Aquópolis Villanueva de la Cañada

Fechas: 5 y 6 de julio.

Precio: 22,90 € por persona.

Compra de entradas: en taquillas o en la web con código.

www.villanueva.aquopolis.es



Más información

IMAGINA. Oficina de Información Juvenil (C/ Ruperto Chapí, 18), 91 659 09 57
ojj@imagina.aytoalcobendas.org

Horario: de lunes a viernes de 11 a 14h. y lunes, martes y miércoles de 16 a 20h.

Más información en:
www.imaginalcobendas.org

ATL (Atlantis Aquarium Madrid)

Fechas: 19 y 20 de junio.

Precio: 9,90 €.

Compra de entradas: en la taquilla.

www.atlantisaquarium-madrid.es

Parque Warner

Fechas: 23 y 24 de agosto.

Precio: 28 € por persona.

Compra de entradas: en la taquilla o en la web con el código.

www.parquewarner.com

Zoo Aquarium

Fechas: 13 y 14 de septiembre.

Precio: 19,90 € por persona o entrada con menú a 30,20 €.

Compra de entradas: en las taquillas.

<https://www.zoomadrid.com>



3

**Conciliación laborales
no lectivos**



PROGRAMA «CONCILIACIÓN LABORABLES NO LECTIVOS»

Este programa pretende mejorar la calidad de la educación en Alcobendas atendiendo las necesidades de conciliación entre los calendarios escolar y laboral de las familias.

Destinado al alumnado de centros de infantil (segundo ciclo) y primaria escolarizados o empadronados en Alcobendas, así como al alumnado que, no estando empadronado ni matriculado en centros de la ciudad sus padres/tutores trabajan en empresas radicadas en Alcobendas.

Los niños realizan actividades de ocio y tiempo libre: expresión dinámica y plástica, de naturaleza y medioambiente, de deporte y recreación, de cuentacuentos y habilidades sociales, y juegos.

Fechas: del 23 al 30 de junio y del 1 de septiembre hasta el inicio del curso escolar 2025-2026 (aún por publicar el calendario escolar la Comunidad de Madrid).

Horario: de 7:30 a 18:30 h.

Lugar: periodo de junio en el CEIP Valdepalitos; periodo de septiembre en un CEIP de Alcobendas, aún por determinar.

Precio (incluyendo desayuno y comida): para usuarios empadronados o escolarizados en Alcobendas y usuarios con padres o tutores trabajadores en empresas que tengan firmado el Convenio por el Fomento del Empleo con el Ayuntamiento de Alcobendas, 11,15 €/día; y para usuarios con padres/tutores trabajadores en Alcobendas, 25,50 €/día.

Inscripciones:

Telemáticas a través de www.alcobendas.org

Necesario Cl@ve, certificado digital o DNI electrónico). Para solicitar acceso a Cl@ve puede acudir, sin cita previa, a las oficinas del SAC del Ayuntamiento.

Para los días de junio el periodo de inscripción será del 2 al 13 de junio, y para el periodo de septiembre será del 1 de julio al 25 de agosto.



A large, semi-transparent green number '4' is positioned on the left side of the image, partially overlapping the background scene. The background shows an elderly couple walking away from the camera on a paved path in a park. The man is wearing a light grey sweater and dark pants, and the woman is wearing a dark vest over a light-colored long-sleeved shirt and blue jeans. The scene is bathed in warm, golden light, suggesting late afternoon or early morning. The path is lined with trees, some of which have autumn-colored leaves. In the distance, other people can be seen walking on the path.

4

Actividades
de verano para
las personas mayores



ACTIVIDADES PARA LAS PERSONAS MAYORES

JUNIO

Campus de abus y peques

Del 23 al 27 de junio.

En la última semana de junio, muchos niños de Alcobendas conviven con sus abuelos, los cuales dan soporte en el cuidado de los nietos los primeros días de vacaciones. Son unos días de compartir valores y tiempo libre, favoreciendo la creación y fortalecimiento de vínculos entre ambas generaciones.

El Servicio de Personas Mayores oferta una serie de actividades intergeneracionales: piscina, juegos y excursiones donde disfrutarán mayores y pequeños.

JULIO

Caminata veraniega

Miércoles 2, 9, 16 y 23 de julio. De 8:30 a 10:30 h.

Para comenzar el día en compañía, caminando y charlando. Se saldrá desde la terraza del centro María Zambrano en la c/ Daoiz. No hace falta inscripción y sí muchas ganas de caminar y disfrutar en grupo.

Más información durante el mes de junio en los tablones de los centros municipales de personas mayores, en la revista SietediaS y en la web alcobendas.org.



A group of children are hiking on a dirt path through a lush forest. They are holding hands and appear to be in motion. The children are wearing various outdoor gear, including backpacks and hats. The forest is filled with tall trees and green foliage. A large yellow number '5' is overlaid on the left side of the image.

5

Cultura y ocio



ACTIVIDADES DE CULTURA Y OCIO

Cultura y ocio

Como todos los veranos tendremos una amplia oferta cultural para disfrutar del periodo estival:

- Cine de verano.
- Muestra de títeres y teatro de calle.
- La Noche de San Juan.
- *Fotonoche*.
- Día Europeo de la Música.
- Conciertos.
- Fiestas regionales.
- Exposiciones.

Y mucho más...

La agenda con toda la programación se publicará en la revista municipal SietedíaS y en alcobendas.org.



Escuela Municipal de Música y Danza

Como en años anteriores La Escuela de Música y Danza llevará a cabo una gran diversidad de actividades para que todos los vecinos de Alcobendas puedan conocer las diferentes posibilidades que esta escuela nos ofrece.

El programa **La música conquista las calles de Alcobendas** será uno de los platos fuertes, se realizará a partir del 6 de junio.

Además, podremos disfrutar con las siguientes propuestas:

– Domingo 8 de junio, a las 13:00 h., en el Centro Municipal La Esfera.

Festival de Danza Infantil.

– Miércoles 11 de junio, a las 20 h., en el Auditorio Paco de Lucia del Centro de Arte.

Festival de Español.

– Sábado 14 de junio, a las 20 h., en el Centro Municipal La Esfera.

Festival de Danza Adultos.

Viernes y sábado 21 y 22 de junio, a las 19:30 h., en el Centro Municipal La Esfera:

Teatro Musical. MAMMA MIA.

Más información sobre estas y más actividades en SietedíaS, alcobendas.org y redes sociales municipales.



Programación sujeta a cambios que se publicarán en la revista SietedíaS, en alcobendas.org y en redes sociales municipales.

Los Veranos de Alcobendas



2025