

EXPEDIENTE ELECTRONICO: 889/2026

Las presentes bases han sido aprobadas por Decreto de la Concejalía delegada del Área de Cultura, Educación, Deportes y Turismo nº 2026-0976, de 3 de septiembre (CSV: 4G96W5EKCEYAED9KMYWYHA4F)

PROPUESTA DE BASES REGULADORAS DE PARTICIPACIÓN EN LAS AULAS DEPORTIVAS Y DE TERAPIAS ALTERNATIVAS CURSO 2026/2027

INTRODUCCIÓN

La práctica de cualquier modalidad deportiva se ha convertido en un referente colectivo se considera un elemento cada vez para importante de la educación por su valores de esfuerzo personal, perseverancia, trabajo en equipo, logro de objetivos o la inclusión social, entre otros y porque científicamente se considera como **un factor clave de salud** física, emocional y psicológica de quienes lo practican, favoreciendo el desarrollo de las relaciones sociales.

OBJETIVOS

Las presentes bases tienen como objetivo el aprovechamiento del **DEPORTE** con fines de esparcimiento, recreación y desarrollo físico y mental de la **comunidad**, procurando su integración, descanso y creatividad durante el **presente curso 2026-2027**

DURACIÓN

Del primer día hábil del mes de **octubre** hasta el último día hábil del mes de **junio** de la anualidad siguiente.

Durante los siguientes días, no se realizarán clases deportivas y de terapias:

- 2 de noviembre de 2026.
- 7 de diciembre de 2026
- Del 23 de diciembre de 2026 a 7 de enero de 2027.
- 25 y 26 de marzo de 2027.
- 23 de abril de 2027.
- 10 y 11 de junio de 2027

DESARROLLO

Se crearán grupos por el monitor dependiendo del número de alumnos, **fijando un mínimo de (8) ocho participantes** para su constitución. Si no llegare a ese número, salvo que por circunstancias especiales se estimare por la Alcaldía, no se podrá impartir la actividad.

El número máximo de alumnos en cada grupo será variable en función de la actividad, fijando el orden de prelación en atención al número de registro asignado en las oficinas municipales (se tendrá en cuenta día y hora de entrada), no registrándose más matrículas que el número de plazas ofertadas.



ORGANIZACIÓN

Las tareas organizativas recaerán en la Concejalía de Deportes del Ayuntamiento de Sahagún.

PARTICIPANTES

Podrán inscribirse, con carácter general, todas las personas que lo deseen a partir de los **16 años cumplidos en el año de comienzo de la actividad**, salvo las excepciones que se incorporen en cada una de las disciplinas.

Los alumnos se matriculan y realizan las actividades bajo su exclusiva responsabilidad y en las condiciones de salud necesarias para el ejercicio deportivo.

MONITORES

Las diferentes Aulas, organizadas por especialidades, estarán dirigidas por un Monitor responsable del grupo y que deberá estar necesariamente en posesión del título oficial que le faculte para la enseñanza deportiva, como mínimo en su etapa de iniciación.

Los monitores en todo momento deberán llevar a cabo los programas y directrices de formación que se establezcan al inicio de cada curso

FUNCIONES DE LOS MONITORES

Impartir enseñanza de los fundamentos básicos de estas modalidades deportivas o de terapias alternativas de acuerdo con la programación técnica que elaboren los monitores.

INSTALACIONES

Preferentemente, se usarán las instalaciones municipales en el **Centro Cultural “San Benito”**, salvo las excepciones que se señalen en cada disciplina

DOCUMENTACIÓN y PLAZO DE MATRÍCULA

Todos los participantes deberán formalizar la matrícula, en el impreso normalizado que se incorpora en estas bases, no admitiéndose solicitudes que se presenten en otro formato.

El plazo de matrícula estará comprendido del **7 al 25 de septiembre de 2026**, debiendo ser presentados **en las oficinas municipales en horario de 09.00 a 14.00 horas**. *No serán admitidas las solicitudes presentadas por correo electrónico ni sede electrónica.*

No se admitirán las matrículas de alumnos o sus padres/tutores **que sean deudores del Ayuntamiento de Sahagún, por cualquier concepto e importe**, hasta que hayan saldado las deudas pendientes. Si se hubiera presentado matrícula con carácter previo, quedará sin efecto hasta la total liquidación de la deuda; este hecho, teniendo en cuenta el *numerus clausus* establecido para cada actividad, podrá conllevar la pérdida de la matrícula.

RELACIÓN DE PARTICIPANTES

Por el Ayuntamiento de Sahagún se elaborará la relación definitiva de participantes, así como días, horarios y lugares donde se impartan las enseñanzas.

En el caso de que alguna actividad no tenga el aforo completo a la fecha de inicio de la actividad o alguien causare baja definitiva, se podrá admitir nuevas solicitudes, aceptando el Ayuntamiento la participación hasta completar el número máximo.



CUOTA DE PARTICIPACIÓN

La matrícula en las Aulas se realizará por **CURSO COMPLETO**, que comprende el periodo de octubre a junio del año siguiente. Durante el curso sólo se admitirán aquellas bajas presentadas con antelación al primer día del cobro del trimestre siguiente. En este supuesto, la baja en el padrón de cuotas de participación tendrá efectos en el trimestre inmediatamente posterior al de la solicitud.

Iniciada la prestación del servicio, las cuotas de participación se devengarán con **carácter trimestral el día primero de cada trimestre**. El cobro de la cuota de participación se efectuará por el sistema de padrón trimestral, comprensivo de todos los inscritos y las cuotas a abonar, haciéndose efectivo con cargo a las cuentas bancarias que, obligatoriamente, tienen que facilitar los participantes. El impago de una cuota tributaria no eximirá la responsabilidad del compromiso de permanencia del participante hasta que se proceda a la aprobación de la baja por el ayuntamiento.

Las cuotas de participación en cada una de las aulas se especifican en el Anexo.

OTRAS NORMAS Y ORIENTACIONES

1. El participante acudirá con ropa cómoda y adecuada a cada modalidad deportiva.
2. El participante tiene la obligación de seguir las indicaciones del monitor y colaborará en la recogida del material utilizado en cada sesión.
3. No se permitirá la participación de adultos que no estén debidamente inscritos en la Escuela.
4. A propuesta del Monitor o de la Concejalía de Deportes, podrán desarrollarse actividades complementarias (competiciones, exhibiciones,...).

DISCIPLINAS QUE SE OFERTAN EN LAS AULAS DEPORTIVAS Y DE TERAPIAS ALTERNATIVAS

AJEDREZ

El ajedrez es considerado un deporte mental, *ya que trasciende al propio juego*.

El aprendizaje del ajedrez, sobre todo en los niños, es muy beneficioso ya que estimula el desarrollo de las estructuras cognitivas mediante la **concentración, memoria, atención, coordinación, abstracción y desarrollo de tácticas y estrategias componentes esenciales en el juego-ciencia**.

Dirigida a participantes a partir de 5 años cumplidos en el año de comienzo de la actividad.

La actividad se llevará a cabo en el Centro de Desarrollo Rural, Formación, Empleo y ETC 780, C/ Pedro Ponce de León nº 11.

Los participantes realizarán la actividad un día a la semana:

- **MIÉRCOLES** de 19 a 20,30 horas

Se establece una cuota de participación de 60,00 €/trimestre

AULA DE ORIENTACIÓN GIMNASIO MUNICIPAL

Se pretende fomentar el correcto uso de las máquinas y demás aparatos del gimnasio municipal

Se establecen tres grupos de 12 personas máximo:

- **GRUPO I:** mayores de 65 años
- **GRUPO II:** de 18 a 65 años (fuerza o resistencia)



- **GRUPO III:** de 18 a 65 años (adaptación del ejercicio físico y entrenamiento a la idiosincrasia particular del género femenino)

Dirigida a participantes a partir de 18 años de edad, en el año de comienzo de la actividad.

Los participantes realizarán la actividad dos días a la semana:

- **GRUPO I: LUNES Y MIERCOLES** de 17.30 A 18.30 horas
- **GRUPO II: LUNES Y MIERCOLES** de 21.00 A 22.00 horas
- **GRUPO III: MARTES Y VIERNES** de 17.30 A 18.30 horas

Cuota gratuita de participación

AULA DE DANZA ORIENTAL

La danza oriental es un arte milenario. Posee una dimensión terapéutica y espiritual que se remonta a un pasado muy lejano. Hoy en día, se ha convertido en un sistema efectivo de conciencia corporal y refuerza la autoestima de quien la práctica, ayudando a desbloquear tensiones y emociones.

Dirigida a participantes a partir de 16 años de edad, en el año de comienzo de la actividad. El número máximo de participantes en la actividad será de 22 alumnos.

Los participantes realizarán la actividad durante un día a la semana:

- **MARTES**, de 19.00 a 20.30 horas.

Se establece una cuota de participación de 75 €/trimestre.

AULA DE FITNESS

Práctica deportiva para la mejora de la resistencia aeróbica, mayor flexibilidad, el equilibrio corporal y la obtención de fuerza muscular. Se requiere buena condición física y resistencia a los ejercicios.

Dirigida a participantes a partir de 16 años de edad en el año de comienzo de la actividad. El número máximo de participantes en la actividad será de 35 alumnos.

Los participantes realizarán la actividad durante tres días a la semana, fijándose los siguientes turnos:

- **GRUPO I: LUNES, MIÉRCOLES** de 18.45 a 19.45 horas y **VIERNES** 19.15 a 20.15 horas
- **GRUPO II: LUNES, MIÉRCOLES** de 19.50 a 20.50 horas y **VIERNES** 20.15 a 21.15 horas

Se establece una cuota de participación de 60 €/trimestre y grupo.

AULA DE FULL BODY

El FULL BODY disciplina deportiva relacionada con el ejercicio físico dinámico y estático de todo el cuerpo donde el objetivo principal es trabajar tu propio cuerpo para el día a día y mejorar tu físico y rendimiento. En este deporte o actividad física sólo se necesita tu propio cuerpo y material básico (bandas elásticas, toalla, esterilla, mancuernas/pesas) los ejercicios están relacionados con mejorar tu salud, postura corporal y rendimiento todo ello al ritmo de música que se encargada de subir y bajar el nivel del ritmo y exigencia del movimiento.



Dirigida a participantes a partir de 13 años de edad, en el año de comienzo de la actividad. El número máximo de participantes en la actividad será de 25 alumnos

Los participantes realizarán la actividad dos días a la semana:

MARTES 20:30 A 21.30 hora

JUEVES 19.15 a 20.15 horas

Se establece una cuota de participación de 105 €/trimestre y grupo

AULA DE GIMNASIA DE MANTENIMIENTO Y CLASES COREOGRAFIADAS

La gimnasia de mantenimiento es un método de trabajo de bajo impacto. Ayuda a sobrellevar mejor los trabajos cotidianos. Una excelente oportunidad para hacer ejercicio y mejorar la salud. Para un envejecimiento saludable es bueno mantener la actividad física y realizar ejercicio físico a través de una especializada «gimnasia personas mayores»

Dirigida a participantes a partir de 16 años de edad, en el año de comienzo de la actividad. El número máximo de participantes en la actividad será 30 alumnos

Los participantes realizarán la actividad dos días a la semana:

- **GRUPO I: LUNES** de 17.00 a 18.15 horas y **MIÉRCOLES** de 17.15 a 18.30 horas
- **GRUPO II: LUNES Y MIERCOLES** de 12.00 a 13.00 horas

Se establece una cuota de participación de 109 €/trimestre.

AULA DE GIMNASIA RÍTMICA

Disciplina deportiva que combina elementos de ballet, gimnasia y danza, así como el uso de diversos aparatos como la cuerda, aro, pelotas, mazas y cinta.

Dirigida a participantes a partir de 4 años de edad, en el año de comienzo de la actividad. El número máximo de participantes en la actividad será de 25 alumnos

Los participantes realizarán la actividad un día a la semana:

- **MIÉRCOLES** de 16.00 a 17.15 horas

Se establece una cuota de participación de 80 €/trimestre

AULA DE KARATE

Arte marcial de autodefensa, con orígenes japoneses, que se basa en golpes secos realizados con el borde de la mano, codos o pies. No se reduce únicamente a la ejecución de posturas o movimientos para obtener mayor coordinación, equilibrio sino que tiene como máximas principios de autodominio, generosidad, bondad, rectitud. Para su práctica se requiere la utilización de karategi (chaqueta, pantalón y cinturón)

Dirigida a participantes a partir de 4 años de edad, cumplidos en el año de comienzo de la actividad. El número máximo de participantes en la actividad será de 20 alumnos.

Los participantes realizarán la actividad durante dos días a la semana, estableciendo dos grupos:

- **GRUPO I INFANTIL**, de 4 a 12 años: **MARTES Y JUEVES** de 16.30 a 17.30 horas
- **GRUPO II MAYORES**, a partir de 13 años: **MARTES Y JUEVES** de 18.00 a 19.00 horas

Se establece una cuota de participación de 96 €/trimestre y grupo.



AULA DE VOLEIBOL

El **voleibol** es un deporte de equipo en el cual puedes divertirte, aprender y ejercitarte al mismo tiempo, ya que favorece la convivencia, mejora tu estado de ánimo, reduce el estrés, fortalece la confianza en ti mismo, ayuda en la autoestima, la coordinación, la rapidez en tus reflejos y tu concentración, además de tonificar y fortalecer tu cuerpo

Dirigida a participantes a partir niños de 12 años de edad, en el año de comienzo de la actividad a 18 años.

Esta actividad se llevará a cabo en el Pabellón municipal, Avd. Tineo s/n

Los participantes realizarán la actividad dos días a la semana:

- **MIÉRCOLES Y VIERNES** 17:00 A 20:00 horas

Se establece una cuota de participación de 60 €/trimestre

AULA DE YOGA

El yoga es una práctica que conecta el cuerpo, la respiración y la mente. Utiliza posturas físicas, ejercicios de respiración y meditación para mejorar la postura, flexibilidad, psicomotricidad, coordinación y la salud, en general.

Dirigida a participantes a partir de 16 años de edad, cumplidos en el año de comienzo de la actividad. El número máximo de participantes en la actividad será de 30 alumnos.

Los participantes realizarán la actividad durante un día a la semana, organizados en tres grupos

- **GRUPO I: LUNES** de 09.00 a 10.15 horas
- **GRUPO II: LUNES** de 10.30 a 11.45 horas
- **GRUPO III: VIERNES** de 17.00 a 18.15 horas

Se establece una cuota de participación de 105,00 euros /trimestre y grupo.

AULA ZUMBA

Zumba es una disciplina deportiva que se imparte en clases dirigidas en la que se realizan ejercicios aeróbicos al ritmo de música, generalmente latina. Tiene como objetivo mantener un cuerpo saludable, ayudando a fortalecer y tonificar los músculos gracias a movimientos de baile combinados con rutinas aeróbica

Dirigida a participantes a partir de 16 años de edad, cumplidos en el año de comienzo de la actividad. El número máximo de participantes en la actividad será de 22 alumnos.

Los participantes realizarán la actividad durante dos días a la semana, fijándose dos grupos:

- **GRUPO I: MARTES Y JUEVES** de 09.45 a 10.45 horas
- **GRUPO II: LUNES Y MIÉRCOLES** de 20.50 a 21.50 horas

Se establece una cuota de participación de 99 €/trimestre y grupo

