

# PROGRAMA DE ACTIVIDADES VERANO

REAL GRUPO  
de CULTURA  
COVADONGA



<b>NORMATIVA INSCRIPCIONES</b> .....	2
<b>FECHAS Y HORARIOS DE INSCRIPCIÓN</b> .....	3
<b>PASE ACOMPAÑANTE SOCIO CURSILLISTA</b> .....	4
<b>AJEDREZ</b> .....	5
<b>ATLETISMO</b> .....	5
<b>BALONCESTO</b> .....	5
<b>BALONMANO</b> .....	5
<b>BILLAR</b> .....	6
<b>BOLOS</b> .....	6
<b>COROS Y DANZAS</b> .....	6
<b>DIVERSIDAD FUNCIONAL</b> .....	6
<b>ESQUÍ</b> .....	7
<b>GIMNASIA ARTÍSTICA FEMENINA</b> .....	7
<b>GIMNASIA ARTÍSTICA MASCULINA</b> .....	7
<b>GIMNASIA PARKOUR</b> .....	7
<b>HALTEROFILIA</b> .....	7
<b>HOCKEY</b> .....	8
<b>JUDO</b> .....	8
<b>KÁRATE</b> .....	8
<b>LUCHA</b> .....	8
<b>MONTAÑA</b> .....	8
<b>NATACION</b> .....	9
<b>ORFEÓN</b> .....	12
<b>PADEL</b> .....	12
<b>PELOTA</b> .....	14
<b>PIRAGUISMO</b> .....	14
<b>PSICODEP</b> .....	15
<b>RUGBY</b> .....	15
<b>SADE VACACIONES</b> .....	15
<b>TENIS</b> .....	16
<b>TIRO CON ARCO</b> .....	17
<b>VELA</b> .....	18
<b>VOLEIBOL</b> .....	18

# NORMATIVA INSCRIPCIONES

Los cursillos vienen detallados a continuación son cursillos de verano para JULIO y AGOSTO, renovables mensualmente, salvo las excepciones que vienen indicadas en cada cuadro.

Notas importantes:

- Atendiendo a la publicación de normativas sanitarias, cualquier contenido de estas actividades podrá sufrir modificaciones e incluso cancelaciones, que serán notificadas en el menor tiempo posible a los inscritos.
- Las actividades anuales continúan de forma habitual, durante todo el año y con renovación automática cada mes.
- El club podrá cancelar grupos con 7 o menos inscritos
- En las inscripciones por la web solo se permite un inicio de sesión por socio. El intento de acceso del mismo usuario cerrará todas las sesiones abiertas.
- Cada socio que acceda a la web, solo podrá ver los cursos acordes a su edad.
- No hay anulaciones, si se inscribe por error a varios cursillos se le cargarán en el recibo correspondiente.
- Presencialmente solo se permitirá la inscripción de dos socios por persona (excepto que sean de la misma unidad familiar).
- Solo podrán realizar inscripciones aquellos mayores de edad que estén dentro del mismo recibo, salvo que el solicitante cuente con autorización por escrito, del titular del recibo.
- El socio que esté en situación de baja temporal, no podrá inscribirse a ninguna actividad o cursillos si no está de alta en el momento de la inscripción y mantener el alta hasta que el cursillo finalice.

2

# FECHAS Y HORARIOS DE INSCRIPCIÓN

**VIERNES 3 DE JUNIO a partir de las 09.00h**

Comienzo de la inscripción en las actividades de verano (para julio y agosto).

**Del 1 al 20 de JULIO**

Durante este periodo los socios que realicen inscripciones presenciales deberán abonar el importe al contado (efectivo o tarjeta).

Los socios que se inscriban por la web, tendrán el cargo en el recibo del mes de agosto.

**Las renovaciones de los cursos de verano se harán de forma automática para el mes agosto**, por lo que en el caso de no querer seguir inscrito para agosto, deberá de formalizar la baja durante este mismo periodo bien presencialmente o por la web.

**Del 21 al 31 de JULIO**

Se podrán realizar inscripciones para el mes de agosto, tanto presencialmente como por la web, hasta agotar las plazas ofertadas; el importe del curso se cargará en el recibo del mes de agosto.

3

# PASE ACOMPAÑANTE SOCIO CURSILLISTA

## INSTRUCCIONES DE USO DEL PASE TARJETA DE ACOMPAÑANTE DE SOCIO CURSILLISTA

1. Los socios menores hasta los 12 años de edad, que estén inscritos en cursillos, podrán acudir acompañados por una persona no socia para ayudarles con el cambio de ropa.
2. El progenitor, tutor o adulto a cargo del socio cursillista solicitará en las oficinas Generales la concesión del pase mediante cumplimentación de este impreso.
3. Esta solicitud deberá de gestionarse en la Oficinas al menos con una antelación mínima de tres días antes de la activación del pase.
4. Cada tarjeta es personal e intransferible y tendrá un coste de 7,25€, es el importe de emisión de la tarjeta. Dicha tarjeta funcionará igual que el carnet social, por lo que podrán acceder por todas las entradas al Club.
5. Solo podrá acceder una persona no socia acompañando al cursillista.
6. Podrán entrar al Club 60 minutos antes de la hora de inicio del curso.
7. Durante el tiempo que dure el cursillo podrán esperar al menor dentro del Club, no haciendo uso de las instalaciones deportivas y hacer uso sólo de la cafetería.
8. Finalizado el cursillo, disponen de 60 minutos para abandonar las instalaciones sociales, debiendo de efectuar obligatoriamente el fichaje de salida, con lo que se controlará que no se haya excedido en el tiempo autorizado.
9. Si se excede en el tiempo autorizado de permanencia dentro de las instalaciones, el pase quedaría anulado automáticamente y se deberá volver a activar. Esta activación tendrá una penalización equivalente al coste de la tarjeta.
10. La tarjeta quedará automáticamente desactivada cuando el menor deje de estar inscrito en algún cursillo o bien cumpla 12 años.
11. El socio solicitante del pase se hace responsable del cumplimiento de estas normas, así como del comportamiento del acompañante del cursillista, que en todo caso deberá ser respetuoso con el personal del Club, con el resto de socios y con la integridad de las instalaciones y bienes del Club. La Junta Directiva podrá denegar la concesión de nuevos pases a personas que hayan infringido estas normas.

# AJEDREZ

14 plazas en cada curso

Código	Cursillo	Precio	Días	Horario	Año Nacimiento
002-140	Iniciación	35,80 €	L/X/V	17:00-18:00	2016 y anteriores
002-132	Iniciación	23,90 €	M/J	17:00-18:00	2016 y anteriores
002-142	Perfeccionamiento	35,80 €	L/X/V	18:00-19:00	2009 y anteriores
002-141	Perfeccionamiento	23,90 €	M/J	18:00-19:00	2009 y anteriores

# ATLETISMO

5

Código	Cursillo	Precio	Días	Horario	Año nacimiento	Plazas
003-099	Atletismo iniciación	32,70 €	LXV	11:00-12:30	2003 a 2010	30
003-097	Atletismo iniciación	26,05 €	MJ	11:00-12:30	2003 a 2010	30
003-904	Atletismo iniciación	32,70 €	LXV	17:00-18:30	2003 a 2010	30
003-905	Atletismo iniciación	32,70 €	LXV	17:00-18:30	2011 a 2016	15
003-908	Atletismo iniciación	26,05 €	MJ	17:00-18:30	2003 a 2010	30
003-912	Atletismo iniciación	26,05€	MJ	17:00-18:30	2011 a 2016	15

# BALONCESTO

LXV 16,30 -17.30 | 22,45€ | 15 plazas en cada curso

Código	Cursillo	Año Nacimiento
004-144	Benjamín	2013/2014
004-148	Alevín	2011/2012
004-145	Baby Basket 1	2017/2018
004-149	Baby Basket 2	2015/2016

# BALONMANO

MJ | 16:00 a 17:30 | 22,45€ | 15 plazas en cada curso

Código	Cursillo	Año Nacimiento
005-164	Alevín	2010 - 2012
005-166	Benjamín	2013 - 2015

# BILLAR

¿Quieres formar parte de la sección de Billar? Si estás interesado, puede dirigirte a [billar@rgcc.es](mailto:billar@rgcc.es)

# BOLOS

La actividad de bolos es sobre modalidad cuatreada y se desarrolla en el Grupo Mareo

Código	Cursillo	Precio	Días	Horario	Plazas	Año Nacimiento
068-002	Iniciación	16,40€	D	11:00-12:00	6	2014 y anteriores
068-004			X	19:00-20:00	6	2014 y anteriores

6

# COROS Y DANZAS

Código	Cursillo	Días	Plazas	Horario	Año Nacimiento	Precio
007-173	Baile asturiano infantil *	MJ	12	18.15-19.15	2008-2014	6,90€
007-179	Baile asturiano peques	MJ	12	17.15-18.15	2015-2018	25,50€
007-180	Pandero, panderetas y ritmo	L	10	19.00-19.45	2008 y anteriores	15.50€
007-177	Baile asturiano de verano	X	12	18.30-19.30	2007 y anteriores	17,35€

(\*) Este cursillo es **ANUAL** y por lo tanto está sujeto a disponibilidad de plazas libres. En caso de querer tramitar la baja tras el verano, deberá de realizarla antes del 20 de agosto

# DIVERSIDAD FUNCIONAL

Desde Diversidad funcional planteamos la posibilidad de disfrutar de cursillos multideporte. Nuestra intención es que puedan disfrutar de diferentes disciplinas deportivas acompañados por los técnicos deportivos habituales de Diversidad Funcional.

## Importante

- Será obligatorio que los deportistas acudan a la actividad con ropa deportiva.
- Se ruega a las familias que acudan al punto de encuentro (SALA DE DIVERSIDAD FUNCIONAL) cinco minutos antes del inicio del cursillo multideporte, dando comienzo el cursillo a las once en punto. Respetando así, la rutina de todos nuestros deportistas.

## Cursillo MULTIDEPORTE ADULTOS

Código	Cursillo	Año de Nacimiento	Plazas	Días	Horario	Precio
071-012	ADULTOS 1 al 29 de julio	2009 y anteriores	2	LXV	11.00-12.00	33,60€
071-013	ADULTOS 1 al 31 de agosto	2009 y anteriores	2	LXV	11.00-12.00	33,60€

## Cursillo MULTIDEPORTE PEQUEÑOS

Código	Cursillo	Año de Nacimiento	Plazas	Días	Horario	Precio
071-011	PEQUEÑOS 5 al 28 de julio	2010 a 2016	2	MJ	11.00-12.00	27,45€
071-020	PEQUEÑOS 2 al 30 de agosto	2010 a 2016	2	MJ	11.00-12.00	27,45€

¿Quieres formar parte de la sección de esquí? Si estás interesado, puede dirigirte a [esquí@rgcc.es](mailto:esquí@rgcc.es)

## GIMNASIA ARTÍSTICA FEMENINA

Código	Cursillo	Precio	Plazas	Días	Horario	Año Nacimiento
010-720	Babys	26,00 €	12	M/J	17:30-18:30	2017 - 2018
010-724						2012 - 2016
010-733	Niñas	26,00 €		M/J	16:30-17:30	2008- 2011
010-734		28,15€		L/X/V	17:30-18:30	2012-2016

7

## GIMNASIA ARTÍSTICA MASCULINA

Código	Cursillo	Precio	Plazas	Días	Horario	Año Nacimiento
100-050	Niños	28,15 €	24	L/X/V	11:00-12:00	2008-2018
100-966		26,00 €		M/J	11:00-12:00	
100-967		28,15 €		L/X/V	12:00-13:00	
100968		26,00 €		M/J	12:00-13:00	

## GIMNASIA PARKOUR

Código	Cursillo	Precio	Días	Horario	Año Nacimiento	Plazas
100-969	Gimnasia Parkour	30,25 €	L/X/V	12:00– 13:30	2003-2015	25

## HALTEROFILIA

Código	Cursillo	Precio	Días	Horario	Año Nacimiento
012-002	Mejora y enseñanza de la técnica	37,95 €	L/X/V	10:15-11:30	2006 y anteriores
012-003	Halterofilia Jóvenes	28,40€	M/J	18:30-20:00	2003-2006
012-004	Halterofilia crossfitters	28,40€	M/J	20:30-21:30	2002 y anteriores
012-006	Halterofilia niños	28,40€	X/V	18:30-20:00	2007-2009

Todos los cursos son **ANUALES** y por lo tanto están sujetos a disponibilidad de plazas libres. En caso querer tramitar la baja tras el verano deberá de realizarla antes del 20 de agosto.



# HOCKEY

Código	Cursillo	Precio	Plazas	Días	Horario	Años Nacimiento
013-235	Iniciación	21,85€	10	LX	16:00-17:00	2010-2013
013-252	Benjamín*	21,85€	14	LX	17:00-18:00	2012-2013
013-248	Alevín*	21,85€	14	LX	18:00-19:00	2010-2011
013-254	Iniciación	21,85€	10	MJ	16:00-17:00	2010-2013
013-255	Benjamín*	21,85€	14	MJ	17:00-18:00	2012-2013
013-257	Alevín*	21,85€	14	MJ	18:00-19:00	2010-2011
013-244	Tecnificación adultos*	21,85€	14	LX	19:00-20:00	1990 y anteriores
013-253	Tecnificación adultos*	21,85€	14	MJ	19:00-20:00	1990 y anteriores
013-256	Mamis	14,90€	14	S	09:00-10:00	1990 y anteriores
013-258	Papis	14,90€	14	S	10:00-11:00	1990 y anteriores

(\*) Para participar en este cursillo deben llevar practicando este deporte, al menos, una temporada

# JUDO

Código	Cursillo	Plazas	Precio	Días	Hora	Año Nacimiento
056-258	Chupetines	15	25,25 €	MJ	16:30/17:15	2015-2018
056-260	Iniciación	15	33,10 €	MJ	17:15/18:15	2004-2014
056-262	Chupetines	15	34,85 €	LMV	16:30/17:15	2015-2018
056-264	Iniciación	15	36,95 €	LMV	17:15/18:15	2004-2014

# KÁRATE

Código	Cursillo	Días	Horario	Plazas	Precio	Año nacimiento
015-246	Infantil	LXV	19:00-20:00	30	36,95€	2008-2013
015-247	Adultos	LXV	20:00-21:00	30	36,95€	2007 y anteriores

# LUCHA

¿Quieres formar parte de la sección de lucha? Si estás interesado, puede dirigirte a [lucha@rgcc.es](mailto:lucha@rgcc.es)

# MONTAÑA

Código	Cursillo	Precio	Días	Hora	Plazas	Año nacimiento
066-004	Escalada Niños	25,70 €	MJ	17.30-18.30	10	2008-2013
066-005	Escalada Iniciación	38,55 €	MJ	18.30-20.00	6	2007 y anteriores
066-006	Escalada Perfeccionamiento*	38,55 €	MJ	20.00-21.30	8	2007 y anteriores

Solo en **JULIO** | Obligatorio pies de gato

\*Para inscribirse en esta actividad hay que tener conocimientos de técnicas básicas de aseguramiento

# NATACION

Más información en [natacion@rgcc.es](mailto:natacion@rgcc.es)

Todos nuestros cursillos de natación cuentan con LA CERTIFICACIÓN DE LOS ESTÁNDARES DE ENSEÑANZA DE LA REAL FEDERACIÓN ESPAÑOLA DE NATACIÓN en su modalidad más alta, ESCUELA DE ORO DEL PROGRAMA NADAR ES VIDA.



9

## AQUAEROBIC

Nacidos en 2006 y anteriores | 20 plazas | 30€

Código	Días	Horario
018-391	M/J	10:45-11:30

## BEBÉS SPA

Para inscribirse en este curso, el bebé deberá tener tramitada su alta como socio/a.  
A partir de 6 meses hasta año nacimiento 2020  
6 plazas en cada cursillo | 25,45€

Código	Días	Horario
018-1022	X	17.00-17.30
018-1023		17.30-18.00
018-1024	V	12.30-13.00
018-1025		13.00-13.30

## BEBÉS PISCINA 25m

Nacidos en 2019 | DOS DÍAS 35,75€ | TRES DÍAS 51,90€/ 6 plazas en cada cursillo  
Recepción del alumnado 5 minutos antes de la clase en la entrada a la piscina por el vestuario.  
Clase de 45 minutos con los 10 últimos minutos para el protocolo de salida. Se llevará al alumnado a la puerta de entrada del vestuario de la piscina.

Código	Días	Horario
018-046	M/J	10.45-11.30
018-376	M/J	11.30-12.15
018-043	M/J	12.15-13.00
018-040	M/J	16.45-17.30
018-377	M/J	17.30-18.15
018-044	M/J	18.15-19.00
018-045	LXV	10.45-11.30
018-047	LXV	11.30-12.15
018-042	LXV	12.15-13.00
018-136	LXV	16.45-17.30
018-375	LXV	17.30-18.15
018-385	LXV	18.15-19.00

## PREESCOLAR

Nacidos en 2017 y 2018 | DOS DIAS 27,45€ | TRES DIAS 36,90€/10 plazas en cada cursillo  
Recepción del alumnado 10 minutos antes de la clase en la entrada a la piscina por el vestuario.  
Clase de 45 minutos con los 10 últimos minutos para el protocolo de salida. Se llevará al alumnado a la puerta de entrada del vestuario de la piscina

Código	Días	Horario
018-119	MJ	10.45-11.30
018-120	MJ	11.30-12.15
018-121	MJ	12.15-13.00
018-122	MJ	16.45-17.30
018-123	MJ	17.30-18.15
018-124	MJ	18.15-19.00
018-125	MJ	19.00-19.45
018-012	L/X/V	10.45-11.30
018-013	L/X/V	11.30-12.15
018-014	L/X/V	12.15-13.00
018-018	L/X/V	16.45-17.30
018-020	L/X/V	17.30-18.15
018-021	L/X/V	18.15-19.00
018-022	L/X/V	19.00-19.45

10

## INFANTIL

Nacidos entre los años 2007 y 2016 | LXV- 36,90€ | MJ –27,45€/ 12 plazas en cada cursillo  
Entrada por el pasillo del Lavapiés del vestuario de la piscina de 25m

Código	Días	Horario
018-027	L/X/V	10.45-11.30
018-998	M/J	10.45-11.30
018-103	M/J	11.30-12.15
018-025	L/X/V	10.00-10.45
018-070	L/X/V	11.30-12.15
018-073	L/X/V	12.15-13.00
018-016	M/J	12.15-13.00
018-105	M/J	13.00-13.45
018-110	M/J	16.45-17.30
018-080	L/X/V	16.45-17.30
018-081	L/X/V	17.30-18.15
018-101	M/J	17.30-18.15
018-085	M/J	18.15-19.00
018-084	L/X/V	18.15-19.00
018-083	M/J	19.00-19.45
018-086	L/X/V	19.00-19.45

## ADULTOS

Nacidos en 2006 y anteriores | 24 plazas en cada cursillo  
Entrada 5 minutos antes del inicio de la clase

Código	Precio	Días	Horario
018-048	36,90	L/X/V	8.00-8.45
018-050	36,90	L/X/V	9.15-10.00
018-131	27,45	M/J	10.00-10.45
018-135			19.45-20.30

## NATACIÓN PLUS

Nacidos en 2018 y anteriores | 8 plazas en cada cursillo  
Será necesario ponerse en contacto con [diversidadfuncional@rgcc.es](mailto:diversidadfuncional@rgcc.es) antes de iniciarse el cursillo.

11

Código	Precio	Días	Horario
018-386	45,80	L/X/V	11.30-12.15
018-038	32,35	M/J	

## NATACIÓN DIRIGIDA

Nacidos en 2006 y anteriores | 30 plazas  
Este cursillo será **ANUAL**. En caso querer borrarse tras el verano habrá tramitar la baja del mismo en el plazo correspondiente.  
Este cursillo está enfocado al mantenimiento físico y la mejora aeróbica, asesorado por un técnico, con entrenamientos adaptados.  
Al inscribirse en esta actividad es necesario enviar un email a [natacion.cursillos@rgcc.es](mailto:natacion.cursillos@rgcc.es) para indicar los horarios de uso de la instalación.

Código	Precio	Días	Horario
018-129	27,45 €	L/M/X/J/V	10:45-13:00 19:00-21:00

## MASTER. Entrenamiento Federado

Nacidos en 2002 y anteriores | 30 plazas  
Entrenamiento de para nadadores y nadadoras de competición con licencia federativa en categoría Master. De 2 a 5 días a elegir de L a V. Imprescindible licencia federativa en vigor

Código	Precio	Días	Horario
018-1090	28,55	3 DÍAS	19:00-20:30
018-993	24,00	2 DÍAS	

## ENTRENAMIENTO INFANTIL. Competición 2º y 3º equipo

Entrenamiento para nadadores y nadadoras de competición con licencia federativa de categorías prebenjamín, benjamín y alevín. Listado cerrado por técnicos de la sección  
Nacidos entre 2011 y 2014

Código	Precio	Días	Horario
018-394	14,90€	LMXJV	10:00-13:00

# ORFEÓN

¿Quieres formar parte del orfeón de nuestro Club? Si estás interesado, puede dirigirte a [orfeon@rgcc.es](mailto:orfeon@rgcc.es)  
En verano, los ensayos serán los lunes a las 20.00h y los martes a las 20.30h

## PADEL

# 12

### NORMATIVA GENERAL CURSILLOS

Para las plazas de Iniciación 2 y Perfeccionamiento 1, 2 y 3 se requerirán el nivel especificado en la normativa.

Los alumnos que se inscriban sin tener el nivel adecuado, según los criterios del técnico, causarán **BAJA AUTOMÁTICA** y **NO** recuperarán el importe de la inscripción.

Para los alumnos nuevos que no sepan a qué nivel deben inscribirse y no estén baremados por un técnico de la sección, deberán consultarlo antes de realizar la preinscripción (prueba de nivel). Para concertar una prueba de nivel deberán contactar en [padel@rgcc.es](mailto:padel@rgcc.es)

### NIVELES DE LOS CURSILLOS DE PADEL:

Nivel	Mínimo requerido para apuntarse al nivel
Iniciación 1	Todos aquellos alumnos que no cumplan el mínimo requerido en el nivel de iniciación 2.
Iniciación 2	Se exige mantener un peloteo desde el fondo de la pista de derecha y de revés y manejar la pared de fondo.
Perfeccionamiento 1	Se exigirá mantener un peloteo estable y sin fallos tanto en el fondo de la pista como en la red.
Perfeccionamiento 2	El alumno maneja a la perfección todas las paredes, Fondo, Lateral y Dobles, tiene control direccional de la bola en todos los golpes tanto de fondo como en la red y se posiciona de manera correcta en la pista durante el juego.
Perfeccionamiento 3	El alumno realiza golpes con efecto y efectúa la bandeja correctamente. Así mismo, realiza todos los golpes controlando la dirección y la velocidad. Nivel de competición.

### PRUEBA DE NIVEL

Para realizar una prueba de nivel, que será obligatoria para nuevos alumnos, deberán acudir a las pistas de pádel durante el mes de junio en cualquier horario de descanso entre los cursillos o bien contactando con el responsable de la sección en el correo electrónico [padel@rgcc.es](mailto:padel@rgcc.es)

### **ADULTOS INICIACION 1**

Nacidos en 2005 y anteriores | 5 plazas en cada cursillo | Precio 43,95€

Código	Días	Horario
019-420	L/X	11:15-12:05
019-399		16:15-17:05
019-323		18:15-19:05
019-854	M/J	09:15-10:05
019-418		17:15-18:05
019-414		19:15-20:05

### **ADULTOS INICIACION 2**

Nacidos en 2005 y anteriores | 5 plazas en cada cursillo | Precio 43,95€

Código	Días	Horario
019-396	L/X	10:15-11:05
019-398		20:15-21:05
019-860	M/J	08:15-09:05
019-529		11:15-12:05
019-324		16:15-17:05
019-855		18:15-19:05

### **ADULTOS PERFECCIONAMIENTO 1**

Nacidos en 2005 y anteriores | 5 plazas en cada cursillo | Precio 43,95€

Código	Días	Horario
019-412	L/X	09:15-10:05
019-395		17:15-18:05
019-415		19:15-20:05
019-850	M/J	10:15-11:05
019-856		20:15-21:05

### **ADULTOS PERFECCIONAMIENTO 2**

Nacidos en 2005 y anteriores | 5 plazas en cada cursillo | Precio 43,95€

Código	Días	Horario
019-853	L/X	18:15-19:05

### **ADULTOS PERFECCIONAMIENTO 3**

Nacidos en 2005 y anteriores | 5 plazas en cada cursillo | Precio 43,95€

Código	Días	Horario
019-417	M/J	18:15-19:05

### **NIÑ@S**

5 plazas en cada cursillo | Precio 43,95€

Código	Cursillo	Días	Horario	Año Nac
019-441	Niños Sub 12	L/X	17:15-18:05	2009-2013
019-852	Niños Sub 16	M/J	17:15-18:05	2005-2008

# 13

## ESCUELA INFANTIL

Nacidos entre 2004 y 2014 | 4 plazas | Precio 47,40€

Actividad **Anual**, con cambio de horarios durante el verano

Para participar en la escuela es obligatorio pasar una prueba de nivel y los grupos de entrenamiento se formarán a criterio del técnico.

Para poder participar en la Escuela de Pádel habrá que pasar una prueba de nivel que se realizará en los descansos de las clases del mes de junio o bien contactar con el responsable de la sección en el correo electrónico [padel@rgcc.es](mailto:padel@rgcc.es)

Los integrantes de la escuela están obligados a formalizar su licencia federativa y a competir

Código	Días	Horario
019-429	Lunes a Viernes	09.15-10.15
019-326		10.15- 11.15
019-874		11.15-12.15
019-875		12.15-13.15
019-876		13.15-14.15

# 14

## PELOTA

6 plazas en cada cursillo | Precio 26,10€

Código	Cursillo	Días	Horario	Año nacimiento
021-004	Pelota adultos iniciación	MJ	18:15-19:15	2005 y anteriores
021-006	Pelota infantil iniciación	MJ	19:15-20:15	2010-2006

## PIRAGUISMO

Código	Cursillo	Precio	Días	Horario	Plazas	Año Nac
022-432	Niños Iniciación	24,95€/mes	L/X/J	18.30-20.30	8	2008-2015
022-976	Adultos	29,45€/mes	L/X/J	18:30 - 20:30	10	2007 y anteriores
057-255	Minicampus mensual	20€/mes	Lunes o jueves (a elegir)	09:30 – 13:30	10	2008-2016

- Todos los cursillos/campus se desarrollarán en Trasona con salida/llegada en el RGCC.
- Obligatorio uso de mascarilla FFP2 en desplazamientos.
- Los cursillos con los códigos 022-432 y 022-976, realizarán el desplazamiento en furgoneta y el código 057-255 en autobús, todos ellos con la hora de salida marcada en la plazoleta de la Santina.

# PSICODEP

Desde el departamento de PSICODEP se asesora y colabora con las familias, técnicos y deportistas del club para que estos últimos puedan sacar el máximo partido al deporte que practican y compatibilizarlo con sus estudios. Dicho asesoramiento puede realizarse de forma directa en sesiones individuales con los deportistas, o indirecta a través de las familias y entrenadores. Para concertar una reunión, tanto presencial como on-line pueden escribir un correo electrónico a [psicodep@rgcc.es](mailto:psicodep@rgcc.es)

Podrán encontrar información más detallada en <https://www.rgcc.es/servicios/psicodep/>

15

## RUGBY

M/J | 15 plazas en cada cursillo

Código	Cursillo	Horarios	Años	Precio
038-102	sub6/sub8	11.00-12.00	2015 a 2017	18,25€
038-140	sub10	10.00-11.00	2014 a 2012	18,25€
038-103	sub12/sub14	16.30-18.00	2011 a 2008	23,50€

## SADE VACACIONES

Servicio de Apoyo al Deportista

El servicio comenzará a partir del día 11 de julio

Más información en [sade@rgcc.es](mailto:sade@rgcc.es) y en [www.rgcc.es/servicios/sade/](http://www.rgcc.es/servicios/sade/)

Código	Cursillo	Precio	Días	Horario	Año Nac
061-013	Sade Competición	5,95€/mes	LaV	09.00-13.00	2003-2011
061-012	Sade Socios	11,60€/mes	LaV	09.00-13.00	2003 - 2016



# TENIS

## NIVELES DE LOS CURSILLOS DE TENIS:

Nivel	Mínimo requerido para apuntarse al nivel
Iniciación 1	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Todos aquellos alumnos que nunca hubieran cogido una raqueta, que no conocen ni saben tipos empuñaduras, posiciones de golpeo y no mantienen peloteo ni solos ni con el profesor.</li> <li>• Ritmo suave de clase</li> </ul>
iniciación 2	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Todos aquellos alumnos que ya conocen el tenis y jugaron en alguna ocasión, que necesitan mejorar golpes y técnica y pelotean a un ritmo suave.</li> <li>• Ritmo medio de clase</li> </ul>
perfeccionamiento	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Todos aquellos alumnos que ya fueron a cursillos, conocen empuñaduras, posiciones de juego y saben imprimir direcciones a la pelota, tienen conocimientos de juego de red y son capaces de jugar puntos entre ellos.</li> <li>• Ritmo alto de clase</li> </ul>

16

### MINITENIS

Nacidos en 2017 Y 2018 | 8 plazas en cada cursillo | 24,65€

Código	Días	Horario
024-558	L/X	17:15-18:15
024-530		18:15-19.15
024-532		12:15-13:15
024-531	M/J	17:15-18:15
024-533		18:15-19.15
024-534		19:15-20:15

### NIÑ@S

Iniciación y Perfeccionamiento. El primer día del cursillo se dividirá a los alumnos por nivel  
Nacidos entre 2007 y 2016

Código	Precio	Días	Hora	Plazas
024-535	31 €	L/X/V	10:15-11:15	20
024-536			11:15-12:15	30
024-537			12:15-13:15	20
024-538	24,65 €	L/X	17:15-18:15	30
024-539			18:15-19:15	30
024-540		M/J		10:15-11:15
024-541	11:15-12:15			30
024-542	12:15-13:15			30
024-543	17:15-19:15			30
024-544	18:15-19:15			30

## ADULTOS

Iniciación y Perfeccionamiento. El primer día del cursillo se dividirá a los alumnos por nivel  
Nacidos en 2006 y anteriores | 39,05€

Código	Cursillo	Días	Horario	Plazas
024-488	iniciación 1	L/X	19:15-20:15	6
024-609	Iniciación 2	L/X	19:15-20:15	6
024-490	Iniciación 2	M/J	9:15-10:15	6
024-712	Iniciación 2		19:15-20:15	6
024-557			09:15-10:15	6
024-553			19:15-20:15	6
024-607			L/X	20:15-21:15
024-559		M/J	19:15-20:15	12
024-560			Perfeccionamiento	20:15-21:15

17

## ESCUELA DE TENIS

La escuela de tenis cambiará su horario habitual. Durante el periodo del verano, la actividad se desarrollará por las mañanas.

# TIRO CON ARCO

Nacidos en 2015 y anteriores | 8 plazas en cada cursillo | Precio 18,05€

Código	Cursillo	Días	Horario
026-610	Iniciación/escuela	L	17:30-18:30
026-612			18:30-19:30
026-613		X	17:30-18:30
026-614			18:30-19:30

# VELA

Fruto del reciente acuerdo de colaboración con el Real Club Astur de Regatas, nuestros socios tendrán la posibilidad de realizar, con importantes descuentos, cursos quincenales de este deporte

- Cursos de Lunes a Viernes, de 30 horas de duración (dos semanas consecutivas):
- Plazas limitadas | Para niñ@s entre los 8 y los 17 años | Imprescindible saber nadar
- El RCAR asignará los participantes a los distintos barcos según edad y experiencia.
- Inscripción: Al menos con 7 días de antelación al inicio del curso
- Precios (20% de descuento respecto a los no socios)
  - Raqueros: 124 euros/quincena.
  - Optimist/FEVA: 132 euros/quincena
- Mas infomación e inscripciones en [vela@rcar.es](mailto:vela@rcar.es) | [escuela.rcar.es](http://escuela.rcar.es)

# 18

	Fechas	Horario	Tipo
<b>JULIO</b>	Del 4 al 15	15.30 18.30	Raquero/Optimist
	Del 18 al 29	15.30 18.30	Raquero/Optimist y Optimist/FEVA
<b>AGOSTO</b>	Del 8 al 19	15.30 18.30	Raquero/Optimist y Optimist/FEVA
	Del 22 ago al 2 sept	15.30 18.30	Raquero/Optimist y Optimist/FEFA

# VOLEIBOL

Precio 22,45€

Código	Cursillo	Días	Horario	Plazas	Año Nacimiento
029-899	Voleibol Benjamín Alevín	L/X	17:30 – 19:00	12	2010-2014
029-904	Voleibol Iniciación Infantil Cadete	L/X	17:30 – 19:00	12	2004-2009
029-900	Voleibol Adultos	M/J	20:00 – 21:30	20	2003 y anteriores

Avda. Jesús Revuelta Diego, nº 2  
33204 Gijón  
Asturias

Telf. 985 19 57 20  
Fax 985 36 61 10

[www.rgcc.es](http://www.rgcc.es)  
[elgrupo@rgcc.es](mailto:elgrupo@rgcc.es)