



**PROGRAMA DE
ACTIVIDADES
SECCIONES
DEPORTIVAS Y
CULTURALES
VERANO 2024**

**REAL GRUPO
de CULTURA
COVADONGA**



NORMATIVA INSCRIPCIONES	2
FECHAS Y HORARIOS DE INSCRIPCIÓN	3
PASE ACOMPAÑANTE SOCIO CURSILLISTA.....	4
AJEDREZ	5
ATLETISMO.....	5
BALONCESTO.....	5
BALONMANO	5
BILLAR.....	6
BOLOS	6
BOXEO	6
COROS Y DANZAS	6
DIVERSIDAD FUNCIONAL	7
ESCALADA	8
ESQUÍ.....	8
GIMNASIA ARTÍSTICA FEMENINA	8
GIMNASIA ARTÍSTICA MASCULINA.....	8
GIMNASIA PARKOUR.....	9
HALTEROFILIA.....	9
HOCKEY.....	9
JUDO.....	10
KÁRATE.....	10
LUCHA.....	15
MI PRIMERA ACAMPADA.....	18
NATACIÓN.....	18
ORFEÓN	19
PÁDEL.....	16
PELOTA	19
PIRAGÜISMO.....	18
PSICODEP	19
RUGBY.....	19
SADE VACACIONES.....	19
TENIS.....	20
TIRO CON ARCO.....	22
VOLEIBOL.....	22

NORMATIVA INSCRIPCIONES

Los cursillos que 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

MARTES 4 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 22 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, 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 8,05€, 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 30 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 los 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

Código	Cursillo	Plazas	Días	Horario	Año Nacimiento	Precio
002-140	Iniciación*	14	LXV	17:00-18:00	2018 y anteriores	39,75€
002-132	Iniciación*	14	MJ	17:00-18:00	2018 y anteriores	26,50€
002-142	Perfeccionamiento*	14	LXV	18:00-19:00	2011 y anteriores	39,75€
002-141	Perfeccionamiento*	14	MJ	18:00-19:00	2011 y anteriores	26,50€

(*) Sólo mes de JULIO

5

ATLETISMO

Código	Cursillo	Plazas	Días	Horario	Año nacimiento	Precio
003-099	Iniciación	30	LXV	11:00-12:30	2010 a 2015	36,30€
003-097	Iniciación	30	MJ	11:00-12:30	2010 a 2015	28,90E
003-905	Iniciación	30	LXV	17:00-18:30	2010 a 2015	36,20€

BALONCESTO

Código	Cursillo	Plazas	Días	Horario	Año nacimiento	Precio
004-144	Benjamín	15	LXV	16:30-17:30	2015-2016	24,90€
004-148	Alevín	15	LXV	16:30-17:30	2013-2014	24,90€
004-145	Baby Basket 1	15	LXV	16:30-17:30	2019-2020	24,90€
004-149	Baby Basket 2	15	LXV	16:30-17:30	2017-2018	24,90€

BALONMANO

Código	Cursillo	Plazas	Días	Horario	Año nacimiento	Precio
005-164	Alevín	15	MJ	16:00-17:30	2012-2014	24,90€
005-166	Benjamín	15	MJ	16:00-17:30	2015-2017	24,90€

BILLAR

¿Quieres formar parte de la sección de Billar? Si estás interesado, puede dirigirte billar@rgcc.es

BOLOS

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

Código	Cursillo	Plazas	Días	Horario	Año Nacimiento	Precio
068-002	Iniciación	6	V	18:00-19:00	2016 y anteriores	18,20€
068-004			V	19:00-20:00	2016 y anteriores	

6

BOXEO

Código	Cursillo	Plazas	Días	Horario	Año Nacimiento	Precio
072-018	Juvenil	12	LX	11:00-12:00	2004-2011	32,35€
072-024	Iniciación	12	LX	20:00-21:00	2009 y anteriores	32,35€
072-017	Juvenil	12	MJ	11:00-12:00	2004-2011	32,35€
072-010	Iniciación	12	MJ	12:00-13:00	2009 y anteriores	32,35€
072-011	Iniciación	12	MJ	19:00-20:00	2009 y anteriores	32,35€
072-013	Iniciación	12	MJ	20:00-21:00	2009 y anteriores	32,35€

COROS Y DANZAS

Código	Cursillo	Plazas	Días	Horario	Año Nacimiento	Precio
007-173	Baile asturiano AVANZADO (*) Equipo	14	MJ	18.15-19.15	2008-2017	6,90€
007-179	Baile asturiano INICIACION I	12	MJ	17.15-18.15	2008-2020	28,30€
007-177	Baile asturiano INICIACION II	12	X	18.30-19.30	2007 y anteriores	16,80€

(*) 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.

7

Cursillo **MULTIDEPORTE** - JULIO

Código	Cursillo	Plazas	Días	Horario	Año nacimiento	Precio
071-012	1 al 31 de julio	2	LXV	17:00-18:00	2020 y anteriores	37,25€
071-013	1 al 31 de julio	2	LXV	18:00-19:00	2020 y anteriores	37,25€

Cursillo **MULTIDEPORTE** - AGOSTO

Código	Cursillo	Plazas	Días	Horario	Año nacimiento	Precio
071-011	1 al 31 de agosto	2	LXV	17:00-18:00	2020 y anteriores	37,25€
071-020	1 al 31 de agosto	2	LXV	18:00-19:00	2020 y anteriores	37,25€

Cursillo **NATACIÓN PLUS** - MAÑANAS

Código	Cursillo	Plazas	Días	Horario	Año nacimiento	Precio
018-386	1 al 31 de julio	8	LXV	11:30-12:15	2020 y anteriores	50,80E
018-038	1 al 31 agosto	8	LXV	11:30-12:15	2020 y anteriores	50,80E

Cursillo **NATACIÓN PLUS** - TARDES

Código	Cursillo	Plazas	Días	Horario	Año nacimiento	Precio
018-118	1 al 31 de julio	8	MJ	17:30-18:15	2020 y anteriores	24,90€
018-130	1 al 31 agosto	8	MJ	17:30-18:15	2020 y anteriores	24,90E

ESCALADA (MONTAÑA)

Código	Cursillo	Precio	Días	Hora	Plazas	Año nacimiento
066-004	Niños	28,50€	MJ	17.30-18.30	10	2011-2016
066-005	Iniciación	42,75€	MJ	18.30-20.00	6	2010 y anteriores
066-006	Perfeccionamiento*	42,75€	MJ	20.00-21.30	8	2010 y anteriores

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

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

8

ESQUÍ

¿Quieres formar parte de la sección de esquí? Si estás interesado, puede dirigirte a esquí@rgcc.es

GIMNASIA ARTÍSTICA FEMENINA

Código	Cursillo	Plazas	Días	Horario	Año nacimiento	Precio
010-720	Babys	12	MJ	17:30-18:30	2019-2021	28,85€
010-724	Niñas	12	MJ	17:30-18:30	2014-2018	28,85€
010-733	Niñas	12	MJ	16:30-17:30	2010-2013	28,85€
010-734	Niñas	12	LXV	17:30-18:30	2014-2018	31,20€

GIMNASIA ARTÍSTICA MASCULINA

Código	Cursillo	Precio	Plazas	Días	Horario	Año Nacimiento
100-219 (*)	Niños	31,20 €	24	LXV	11:00-12:00	2010-2020
100-222 (*)		28,85€		MJ	11:00-12:00	
100-967		31,20€		LXV	12:00-13:00	
100-964 (*)		28,85€		MJ	12:00-13:00	

(*) 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

PARKOUR

Código	Cursillo	Plazas	Días	Horario	Año Nacimiento	Precio
100-223	Gimnasia Parkour (*)	25	LXV	12:00- 13:30	2006-2017	33,55€

(*) 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

9

HALTEROFILIA

Código	Cursillos (*)	Días	Horario	Año Nacimiento	Precio
012-002	Mejora y enseñanza de la técnica	LXV	10:15-11:30	2008 y anteriores	42,10€
012-003	Halterofilia Jóvenes	MJ	18:30-20:00	2005-2008	31,55€
012-004	Halterofilia crossfitters	MJ	20:30-21:30	2004 y anteriores	31,55€
012-006	Halterofilia niños	XV	18:00-19:30	2009-2013	31,55€

(*) 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	Plazas	Días	Horario	Año nacimiento	Precio
013-256	Prebenjamín	10	LX	16:00-17:00	2017-2018	24,25€
013-258	Prebenjamín	10	MJ	16:00-17:00	2017-2018	24,25€
013-252	Benjamín*	14	LX	17:00-18:00	2015-2016	24,25€
013-255	Benjamín*	14	MJ	17:00-18:00	2015-2016	24,25€
013-236	Iniciación	10	LX	16:00-17:00	2012-2015	24,25€
013-254	Iniciación	10	MJ	16:00-17:00	2012-2015	24,25€
013-248	Alevín*	14	LX	18:00-19:00	2013-2014	24,25€
013-257	Alevín*	14	MJ	18:00-19:00	2013-2014	24,25€
013-244	Tecnificación adultos*	14	LX	19:00-20:00	1990 y anteriores	24,25€
013-253	Tecnificación adultos*	14	MJ	19:00-20:00	1990 y anteriores	24,25€

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

JUDO

Código	Cursillo	Plazas	Días	Horario	Año nacimiento	Precio
056-262	Chupetines*	15	LXV	16:30-17:15	2016-2020	19,30€
056-258	Chupetines*	15	MJ	16:30-17:15	2016-2020	14€
056-260	Iniciación*	15	MJ	17:15-18:15	2006-2015	36,70€
056-264	Iniciación**	15	LXV	17:15-18:15	2006-2015	20,50€

*Julio y 2ª quincena de agosto (19 al 30 agosto)

** 2ª quincena de Julio

10

KÁRATE

Código	Cursillo	Plazas	Días	Horario	Año nacimiento	Precio
015-246	Infantil	30	LXV	19:00-20:00	2009 a 2017	41€
015-247	Adultos	30	LXV	20:00-21:00	2008 y anteriores	41€
015-252	Equipo competición	30	LXV	20:00-21:00	2014 y anteriores	41€

LUCHA

¿Quieres formar parte de la sección de lucha? Si estás interesado, puede dirigirte a

lucha@rgcc.es

Julio
5

Disfruta de Tu PRIMERA acampada

CON NOSOTROS

JUEGOS EN
LA PISCINA

GYMKHANA
NOCTURNA

Y MUCHAS
SORPRESAS
MÁS...



WWW.RGCC.ES

MI PRIMERA ACAMPADA

Lugar: Grupo Mestas

Fecha: 5 julio a las 18:30h al 6 de julio a las 12:30h.

Edades: nacidos del 2012 al 2016

Plazas: 30

Precio: 41,80€

Inscripciones: a través del evento del 17 de junio al 3 de julio

Cualquier tipo de necesidad específica que debemos tener en cuenta, enviar a campus@rgcc.es

12

HORARIO	ACTIVIDAD	LUGAR
18:30	Punto de encuentro	Santina-entrada principal
18:45	Juegos de campamento	Torriente
20:30	Montaje de tiendas*	Zona tiro con arco
21:00	Cena	Cafetería
21:45	Gymkana nocturna Sorpresas....	Torriente
0:45	Hora de dormir	
8:30	Despertar-ducha	Vestuarios pabellón sur
9:00	Desayuno	Cafetería
9:45	Desmontar tiendas	
11:00	Juegos en la piscina	Piscinas exteriores
12:15	Prepararnos para finalizar la acampada	
12:30	Punto de encuentro	Santina-entrada principal

*Se recomienda llevar tiendas de montaje rápido.

*En caso de lluvia se acondicionará pabellón cubierto.

NATACIÓN

Más información en 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.



13

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 2022-2023

Código	Plazas	Días	Horario	Precio
018-1022	5	X	17.00-17.30	28,25€
018-1023	5		17.30-18.00	28,25€
018-1024	5	V	12.30-13.00	28,25€

BEBÉS PISCINA 25m

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	Plazas	Días	Horario	Año de nacimiento	Precio
018-376	6	MJ	11.30-12.15	2021	39,65€
018-044	6	MJ	18.15-19.00	2021	39,65€
018-375	6	LXV	17.30-18.15	2021	57,55€

PREESCOLAR

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	Plazas	Días	Horario	Año nacimiento	Precio
018-119	12	MJ	10:45-11:30	2019-2020	30,45€
018-120	12	MJ	11.30-12.15	2019-2020	30,45€
018-121	12	MJ	12.15-13.00	2019-2020	30,45€
018-122	12	MJ	16.45-17.30	2019-2020	30,45€
018-123	12	MJ	17.30-18.15	2019-2020	30,45€
018-124	12	MJ	18.15-19.00	2019-2020	30,45€
018-125	12	MJ	19.00-19.45	2019-2020	30,45€
018-014	12	LXV	12.15-13.00	2019-2020	40,95€

INFANTIL

Entrada por el pasillo del Lavapiés del vestuario de la piscina de 25m

Código	Plazas	Días	Horario	Año nacimiento	Precio
018-998	15	MJ	10:45-11:30	2009 a 2018	30,45€
018-103	15	MJ	11:30-12:15	2009 a 2018	30,45€
018-016	15	MJ	12:15-13:00	2009 a 2018	30,45€
018-105	15	MJ	13:00-13:45	2009 a 2018	30,45€
018-110	15	MJ	16:45-17:30	2009 a 2018	30,45€
018-101	15	MJ	17:30-18:15	2009 a 2018	30,45€
018-085	15	MJ	18:15-19:00	2009 a 2018	30,45€
018-083	15	MJ	19:00-19:45	2009 a 2018	30,45€
018-027	15	LXV	10:45-11:30	2009 a 2018	40,95€
018-070	15	LXV	11:30-12:15	2009 a 2018	40,95€
018-073	15	LXV	12:15-13:00	2009 a 2018	40,95€
018-080	15	LXV	16:45-17:30	2009 a 2018	40,95€
018-081	15	LXV	17:30-18:15	2009 a 2018	40,95€
018-084	15	LXV	18:15-19:00	2009 a 2018	40,95€
018-086	15	LXV	19:00-19:45	2009 a 2018	40,95€

14

ADULTOS

Entrada 5 minutos antes del inicio de la clase

Código	Plazas	Días	Horario	Año nacimiento	Precio
018-048	30	LXV	8.00-8.45	2008 y anteriores	40,95€
018-050	30	LXV	9.15-10.00	2008 y anteriores	40,95e
018-131	30	MJ	10:00-10:45	2008 y anteriores	30,45€
018-135	30	MJ	19:45-20:30	2008 y anteriores	30,45€

AQUAEROBIC

Código	Plazas	Días	Horario	Año nacimiento	Precio
018-391	20	MJ	10:45-11:30	2008 y anteriores	33,30€

NATACIÓN DIRIGIDA

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 para indicar los horarios de uso de la instalación.

Código	Plazas	Días	Horario	Año nacimiento	Precio
018-129	30	LMXJV	10:45-13:00 19:00-21:00	2008 y anteriores	30,45€

15

MÁSTER. Entrenamiento Federado

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	Plazas	Días	Horario	Año nacimiento	Precio
018-1090	30	3 DÍAS	19:00-20:30	2004 y anteriores	31,70E
018-993	30	2 DÍAS		2004 y anteriores	26,60E

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

Código	Días	Horario	Año nacimiento	Precio
018-394	LMXJV	10:00-13:00	2013 a 2016	15,60€

ORFEÓN

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

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

16

		ADULTOS
NIVEL	MINIMO 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

ADULTOS INICIACION 1					
Código	Plazas	Días	Horario	Año nacimiento	Precio
019-420	5	LX	11:15-12:15	2007 y anteriores	48,70€
019-399	5	LX	16:15-17:15	2007 y anteriores	48,70€
019-323	5	LX	18:15-19:15	2007 y anteriores	48,70€
019-854	5	MJ	09:15-10:15	2007 y anteriores	48,70€
019-421	5	MJ	16:15-17:15	2007 y anteriores	48,70€
019-418 MAREO	5	MJ	17:15-18:15	2007 y anteriores	48,70€
019-414	5	MJ	19:15-20:15	2007 y anteriores	48,70€

ADULTOS INICIACION 2					
Código	Plazas	Días	Horario	Año nacimiento	Precio
019-396	5	LX	10:15-11:15	2007 y anteriores	48,70€
019-398	5	LX	20:15-21:15	2007 y anteriores	48,70€
019-860	5	MJ	08:15-09:15	2007 y anteriores	48,70€
019-529	5	MJ	11:15-12:15	2007 y anteriores	48,70€
019-324 MAREO	5	MJ	16:15-17:15	2007 y anteriores	48,70€
019-855	5	MJ	20:15-21:15	2007 y anteriores	48,70€

ADULTOS PERFECCIONAMIENTO 1					
Código	Plazas	Días	Horario	Año nacimiento	Precio
019-412	5	LX	09:15-10:15	2007 y anteriores	48,70€
019-395	5	LX	17:15-18:15	2007 y anteriores	48,70€
019-415	5	LX	19:15-20:15	2007 y anteriores	48,70€
019-850	5	MJ	10:15-11:15	2007 y anteriores	48,70€
019-440	5	MJ	19:15-20:15	2007 y anteriores	48,70€
019-856	5	MJ	20:15-21:15	2007 y anteriores	48,70€

ADULTOS PERFECCIONAMIENTO 2					
Código	Plazas	Días	Horario	Año nacimiento	Precio
019-853	5	LX	18:15-19:15	2007 y anteriores	48,70€
019-882	5	MJ	20:15-21:15	2007 y anteriores	48,70€

ADULTOS PERFECCIONAMIENTO 3					
Código	Plazas	Días	Horario	Año nacimiento	Precio
019-417	5	MJ	18:15-19:15	2007 y anteriores	48,70€

				INFANTIL	
Código	Plazas	Días	Horario	Año nacimiento	Precio
019-441	5	LX	17:15-18:15	2011-2015	48,70€
019-852	5	MJ	19:15-20:15	2007-2010	48,70€

ESCUELA INFANTIL

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

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

Código	Plazas	Días	Horario	Año nacimiento	Precio
019-429	4	LMXJV	09:15-10:15	2006 a 2016	47,40€
019-326	4	LMXJV	10:15-11:15	2006 a 2016	47,40€
019-874	4	LMXJV	11:15-12:15	2006 a 2016	47,40€
019-875	4	LMXJV	12:15-13:15	2006 a 2016	47,40€
019-876	4	LMXJV	13:15-14:15	2006 a 2016	47,40€

PELOTA

Código	Cursillo	Plazas	Días	Horario	Año naci.	Precio
021-004	Adultos iniciación frontón*	8	MJ	19:15-20:15	2008 y anteriores	19,50€
021-005	Infantil iniciación frontón*	10	MJ	18:15-19:15	2015-2009	19,50€
021-007 NUEVO	Adultos portalín -frontón	10	LX	18:15-19:15	2008 y anteriores	19,50€
021-008 NUEVO	Adultos portalín -frontón	10	LX	19:15-20:15	2008 y anteriores	19,50€

*NO hay cursillo del 15 al 19 de julio y del 29 julio al 2 agosto.

PIRAGÜISMO

Código	Cursillo	Plazas	Días	Horario	Año nacimiento	Precio
022-432	Niños Iniciación	8	LXJ	18.30-20.30	2010-2017	32,70€
022-976	Adultos	8	LXJ	18:30-20:30	2009 y anteriores	32,70€
057-255	Minicampus mensual	10	L o J (a elegir)	09:30-13:30	2010 a 2018	22,15€

- Todos los cursillos/campus se desarrollarán en Trasona con salida/llegada en el RGCC.
- 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.
- IMPRESCINDIBLE SABER NADAR

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

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

19

RUGBY

Código	Cursillo	Plazas	Días	Horarios	Años nacimiento	Precio
038-102	Sub-6 / Sub 8	15	L X	11:15-12:15	2016 a 2019	20,25€
038-103	Iniciación al Rugby sub10-12-14	15	MJ	11:15-12:15	2010 a 2015	20,25€

SADE VACACIONES (anulado)

Servicio de Apoyo al Deportista

El servicio comenzará a partir del día 15 de julio

Más información en sade@rgcc.es y en www.rgcc.es/servicios/sade/

Código	Cursillo	Días	Horario	Año nacimiento	Precio
061-013	Sade Competición	L a V	09:00-13:00	2005-2013	6,65€/mes
061-012	Sade Socios	L a V	09:00-13:00	2005-2018	12,85€/mes

TENIS

20

				MINITENIS	
Código	Plazas	Días	Horario	Año nacimiento	Precio
024-532	8	LX	13:15-14:15	2019-2020	27,35€
024-558	8	LX	17:15-18:15	2019-2020	27,35€
024-530	8	LX	18:15-19:15	2019-2020	27,35€
024-531	8	MJ	17:15-18:15	2019-2020	27,35€
024-533	8	MJ	18:15-19:15	2019-2020	27,35€
024-534	8	MJ	19:15-20:15	2019-2020	27,35€

				INFANTIL	
Código	Plazas	Días	Horario	Año nacimiento	Precio
024-535	10	LX	10:15-11:15	2010 a 2014	27,35€
024-728	10	LX	10:15-11:15	2015 a 2018	27,35€
024-536	10	LX	11:15-12:15	2010 a 2014	27,35€
024-715	10	LX	11:15-12:15	2015 a 2018	27,35€
024-537	10	LX	12:15-13:15	2010 a 2014	27,35€
024-599	10	LX	12:15-13:15	2015 a 2018	27,35€
024-538	10	LX	17:15-18:15	2010 a 2014	27,35€
024-588	10	LX	17:15-18:15	2015 a 2018	27,35€
024-539	10	LX	18:15-19:15	2010 a 2014	27,35€
024-744	10	LX	18:15-19:15	2015 a 2018	27,35€
024-540	10	MJ	10:15-11:15	2010 a 2014	27,35€
024-584	10	MJ	10:15-11:15	2015 a 2018	27,35€
024-541	10	MJ	11:15-12:15	2010 a 2014	27,35€
024-483	10	MJ	11:15-12:15	2015 a 2018	27,35€
024-542	10	MJ	12:15-13:15	2010 a 2014	27,35€
024-738	10	MJ	12:15-13:15	2015 a 2018	27,35€
024-543	10	MJ	17:15-18:15	2010 a 2014	27,35€
024-510	10	MJ	17:15-18:15	2015 a 2018	27,35€
024-544	10	MJ	18:15-19:15	2010 a 2014	27,35€
024-525	10	MJ	18:15-19:15	2015 a 2018	27,35€

ESCUELA DE TENIS

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

ADULTOS	
NIVEL	MINIMO REQUERIDO PARA APUNTARSE AL NIVEL
Iniciación	<ul style="list-style-type: none"> • 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. • Ritmo suave de clase
Perfeccionamiento	<ul style="list-style-type: none"> • 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. • Ritmo medio de clase
Avanzado	<ul style="list-style-type: none"> • 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. • Ritmo alto de clase

ADULTOS INICIACIÓN					
Código	Plazas	Días	Horario	Año nacimiento	Precio
024-488	6	LX	19:15-20:15	2009 y anteriores	43,30€
024-490	6	MJ	09:15-10:15	2009 y anteriores	43,30€
024-712	6	MJ	19:15-20:15	2009 y anteriores	43,30€

ADULTOS PERFECCIONAMIENTO					
Código	Plazas	Días	Horario	Año nacimiento	Precio
024-609	6	LX	19:15-20:15	2009 y anteriores	43,30€
024-607	6	LX	20:15-21:15	2009 y anteriores	43,30€
024-559	6	MJ	19:15-20:15	2009 y anteriores	43,30€
024-560	6	MJ	20:15-21:15	2009 y anteriores	43,30€

ADULTOS AVANZADO					
Código	Plazas	Días	Horario	Año nacimiento	Precio
024-557	6	LX	09:15-10:15	2009 y anteriores	43,30€
024-553	6	LX	19:15-20:15	2009 y anteriores	43,30€
024-721	6	LX	20:15-21:15	2009 y anteriores	43,30€
024-723	6	MJ	19:15-20:15	2009 y anteriores	43,30€
024-725	6	MJ	20:15-21:15	2009 y anteriores	43,30€

TIRO CON ARCO

Código	Cursillo	Plazas	Días	Horario	Año nacimiento	Precio
026-610	Iniciación Escuela	8	L	17:30-18:30	2017 y anteriores	20,05€
026-612		8	L	18:30-19:30	2017 y anteriores	20,05€
026-613		8	X	17:30-18:30	2017 y anteriores	20,05€
026-614		8	X	18:30-19:30	2017 y anteriores	20,05€
026-600		8	X	19:30-20:30	2017 y anteriores	20,05€

22

VOLEIBOL

Código	Cursillo	Plazas	Días	Horario	Año nacimiento	Precio
029-899	Benjamín Alevín	12	LX	17:30 – 19:00	2012-2016	24,90€
029-904	Iniciación Infantil Cadete	12	LX	17:30 – 19:00	2008-2011	24,90€
029-900	Adultos	20	MJ	20:00 – 21:30	2001 y anteriores	24,90€

Avda. Jesús Revuelta Diego, nº 2
33204 Gijón
Asturias

Telf. 985 19 57 20
Fax 985 36 61 10

www.rgcc.es
elgrupo@rgcc.es