

26 €  
mes

# MULTIFITNESS

	EDAD/NIVEL	DÍAS	HORARIO
1	Fitness	Lunes a Sábado	Apertura S. Fitness
	Ciclo Indoor	May. 14 años	Lunes - Miércoles 9:00 h a 10:00 h
	Cross Training		Martes - Jueves 9:00 h a 10:00 h
2	Fitness	Lunes a Sábado	Apertura S. Fitness
	Ciclo Indoor	May. 14 años	Martes - Jueves 19:15 a 20:15 h.
	Cross Training		Lunes - Miércoles 19:15 a 20:15 h.
3	Fitness	Lunes a Sábado	Apertura S. Fitness
	Ciclo Indoor	May. 14 años	Lunes - Miércoles 21:15 a 22:15 h.
	Cross Training		Martes - Jueves 21:15 a 22:15 h.

19 €  
mes

# YOGA

EDAD/NIVEL	DÍAS	HORARIO
MAY. 14 AÑOS	Miércoles-Viernes	09:00 a 10:00 h.
MAY. 14 AÑOS	Lunes-Miércoles	19:15 a 20:15 h.
MAY. 14 AÑOS	Lunes-Miércoles	20:15 a 21:15 h.

22 €  
mes

# FITNESS - ACCESO GIMNASIO

Horario completo 22 €/mes

Horario mañana 20 €/mes

Bono 12 sesiones 24 €

MAYORES 14 AÑOS

MAÑANAS. De Lun. a Vier: De 9 a 14 h

TARDES. De Lun. a Vier: De 16:30 a 22:15 h

SÁBADOS: De 10 a 14 h.

 "Siente la magia del deporte"

## INFORMACIÓN e INSCRIPCIONES

Servicio Municipal de Deportes.  
Oficina de Información.

C/. Luis de Góngora y Argote s/n.

Tlfno. 957 65 43 70 - Fax 957 65 46 14

smd@montilla.es

www.montilla.es

# PROGRAMAS DEPORTIVOS

2024/2025

PILATES - G. COMPENSACION - AEROBIC - PADEL

SALA MUSCULACION - PSICOMOTRICIDAD - TENIS - MULTIDEPORTE

PATINAJE - YOGA - G. MANTENIMIENTO - MULTIFITNESS



Ayuntamiento  
de Montilla



Servicio Municipal de Deportes  
EXCMO. AYUNTAMIENTO DE MONTILLA



Turismo de Montilla



Diputación  
de Córdoba



Junta de Andalucía

Información e inscripciones

Servicio Municipal de Deportes - C/ Luis de Góngora y Argote s/n. - Tlfno: 957 65 43 70

# PROGRAMA SMD FITNESS Y JÓVENES<sup>2</sup>

## TEMPORADA 2024/25 - Servicio Municipal de Deportes

19 €  
mes

### PSICOMOTRICIDAD

EDAD/NIVEL	DÍAS	HORARIO
4 años	Lunes - Miércoles	16:30 a 17:20 h.
3 años	Lunes - Miércoles	17:25 a 18:15 h.
2 años	Lunes - Miércoles	18:20 a 19:10 h.
4 años	Martes - Jueves	16:30 a 17:20 h.
3 años	Martes - Jueves	17:25 a 18:15 h.
5-6 años	Martes - Jueves	18:20 a 19:10 h.

19 €  
mes

### MULTIDEPORTE

EDAD/NIVEL	DÍAS	HORARIO
6 a 14 años	Lunes-Miércoles	16:30 a 17:30 h.
6 a 14 años	Lunes-Miércoles	17:30 a 18:30 h.
6 a 14 años	Martes-Jueves	16:30 a 17:30 h.
6 a 14 años	Martes-Jueves	17:30 a 18:30 h.

19 €  
mes

### PATINAJE

EDAD/NIVEL	DÍAS	HORARIO
6 a 14 años	Lunes-Miércoles	16:30 a 17:30 h.
6 a 14 años	Martes-Jueves	16:30 a 17:30 h.

30 €  
mes

### PADEL - TENIS

(a partir de 14 años)

TURNOS

HORARIO

Lunes y Miércoles  
Martes y Jueves

16:30 a 17:30 h.  
17:30 a 18:30 h.  
19:00 a 20:00 h.  
20:00 a 21:00 h.

26 €  
mes

(hasta 13 años)

19 €  
mes

### PILATES

EDAD/NIVEL	DÍAS	HORARIO
MAY. 14 AÑOS	Martes - Jueves	08:00 a 09:00 h.
MAY. 14 AÑOS	Martes - Jueves	09:00 a 10:00 h.
MAY. 14 AÑOS	Martes - Jueves	18:20 a 19:20 h.
MAY. 14 AÑOS	Martes - Jueves	19:20 a 20:20 h.
MAY. 14 AÑOS	Martes - Jueves	20:20 a 21:20 h.
MAY. 14 AÑOS	Martes - Jueves	21:20 a 22:20 h.
MAY. 14 AÑOS	Lunes - Miércoles	18:15 a 19:15 h.
MAY. 14 AÑOS	Lunes - Miércoles	20:15 a 21:15 h.

21 €  
mes

### GIMNASIA DE COMPENSACIÓN

EDAD/NIVEL	DÍAS	HORARIO
MAY. 14 AÑOS	Lunes - Miércoles - Jueves	10:00 a 11:00 h.
MAY. 14 AÑOS	Lunes - Miércoles - Jueves	11:00 a 12:00 h.
MAY. 14 AÑOS	Lunes - Miércoles - Jueves	12:00 a 13:00 h.
MAY. 14 AÑOS	Lunes - Miércoles - Jueves	19:15 a 20:15 h.

21 €  
mes

### GIMNASIA MANTENIMIENTO

EDAD/NIVEL	DÍAS	HORARIO
MAY. 14 AÑOS	Lunes - Miércoles - Jueves	10:00 a 11:00 h.
MAY. 14 AÑOS	Lunes - Miércoles - Jueves	11:00 a 12:00 h.

21 €  
mes

### AEROBIC

EDAD/NIVEL	DÍAS	HORARIO
MAY. 14 AÑOS	Lunes - Miércoles - Jueves	09:00 a 10:00 h.
MAY. 14 AÑOS	Lunes - Miércoles - Jueves	18:15 a 19:15 h.
MAY. 14 AÑOS	Lunes - Miércoles - Jueves	20:15 a 21:15 h.
MAY. 14 AÑOS	Lunes - Miércoles - Jueves	21:15 a 22:15 h.