

RUGBY, EXHIBICIÓN Y TALLER DE INICIACIÓN

Plaza del Ayuntamiento
Horario: de 17:00 a 18:30 h.

FÚTBOL AMERICANO, EXHIBICIÓN Y TALLER DE INICIACIÓN

Plaza del Ayuntamiento
Horario: de 18:30 a 20:00 h.

BÁDMINTON, CAMPEONATO Y JORNADA DE INICIACIÓN

Plaza Porticada
Horario: de 17:00 a 20:00 h.

MESA REDONDA "EL ESFUERZO Y LOS RESULTADOS EN EL ATLETISMO"

Centro Cívico Juan Carlos Calderón. C/ Río de la Pila 27
Horario: de 18:00 a 19:30 h.
Ponente: Yassine Laazzaoui
Mesa Redonda: D. Fabian Roncero, Dña. Mercedes Palacios, Modera: Juan Domínguez.
Destinado a deportistas, técnicos del deporte, educadores, estudiantes y público en general.
Sin inscripción previa hasta completar aforo

VIERNES 28 DE SEPTIEMBRE

JORNADA DE PUERTAS ABIERTAS

Lugar: Complejo Municipal de Deportes Ruth Beitia
Uso gratuito de las Pistas de Tenis, Pádel y Frontón

CLASES DEPORTIVAS DIRIGIDAS - FITNESS

Centro: GOFIT SANTANDER RUTH BEITIA
Puertas abiertas en todas las actividades del centro
Inscripción previa: 48 h. antes en santander@go-fit.es indicando nombre, apellidos, clase, día y hora.

Centro: MOVE&GO
Horario: 10:00 y 20:00 h. B. Combat, 12:15 h. Lesmills Tone y 20:00 h. B. Balance. Adultos.
17:00 h. Cross fit teen (12 a 16 años)
Inscripciones: en el teléfono 942 39 15 35

Centro: MARISMA WELLNESS CENTER
Horario: 10:30 h. GAP, 10:30 y 19:00 h. CYCLING
Inscripciones: en el teléfono 942 037 041
Actividades para mayores de 17 años

Centro: BEUP
Puertas abiertas de 7:00 a 15:00 horas
Horario: 10:15 h. Zumba, 14:00 h. Synrgy y 18:30 h. Dance Up.
Plazas libres hasta agotar aforo

Centro: MYST GYM CLUB
C/ Juan de Herrera 18, 2ª planta.
9:30 Espalda Sana, 14:30 Gbike y 18:30 Gbody
Actividades para mayores de 16 años

BAUTISMO DE MAR

CEAR de vela Príncipe Felipe
Horario: 10:00 y 11:45 h.
Inscripción previa: en cear@rfev.es con 24h de antelación.
Actividad para mayores de 8 años, 6 por turno

JORNADAS DE INICIACIÓN AL KARATE DO

Centro: DÔJÔ BAMBÚ
Inscripción: en eam@dojobambu.es
Horario y edad: 9:30 h., alumnos a partir de 17 años

JORNADAS DE INICIACIÓN AL AIKIDÔ (AIKIKAI)

Centro: DÔJÔ BAMBÚ
Inscripción: en eam@dojobambu.es
Horario y edad: 19:45 h., alumnos a partir de 16 años

JORNADAS DE INICIACIÓN AL IJIDÔ

(sable japonés)
Centro: DÔJÔ BAMBÚ
Inscripción: en eam@dojobambu.es
Horario y edad: 10:30 h., alumnos a partir de 18 años

JORNADAS DE INICIACIÓN AL KAISENDO

(autodefensa)
Centro: DÔJÔ BAMBÚ
Inscripción: en eam@dojobambu.es
Horario y edad: 21:15 h., alumnos a partir de 16 años

GOLF, DESCÚBRELO!

Campo Municipal de Golf de Matalaños
Horario: 10:45, 11:30, 17:45 y 18:30 h.
Inscripciones: en el teléfono 942 203 075
Grupo máximo de 4 personas

Proyecto ¡ACTÍVATE EN LOS PARQUES!

Parque Finca Altamira.
Horario: 11:00 a 12:00 h.
Descripción: Masterclass dirigida por cualificados profesionales del deporte para el correcto aprendizaje y utilización de los aparatos de ejercicio físico de los Parques Biosaludables para mantener la forma física y prevenir lesiones.
Inscripción: Servicio de Salud, C/ Cisneros 2, 3º. Teléfono 942 200 750. actividades-salud@santander.es

EXHIBICIÓN Y TALLER DE INICIACIÓN EN LAS ARTES MARCIALES

Parque de la Vaguada de las Llamas
Horario: de 16:00 a 21:00 h.

TALLER PATINAJE URBANO

Parque de la Vaguada de las Llamas
Horario: de 16:00 a 17:30:00 h.
Sin inscripción previa

TALLER LONGBOARD

Parque de la Vaguada de las Llamas
Horario: de 18:00 a 19:30 h.
Sin inscripción previa

Club Rítmica Santander, TALLER DE INICIACIÓN Y EXHIBICIÓN DE GIMNASIA RÍTMICA

Parque de la Vaguada de las Llamas
Horario: de 16:00 a 20:00 h

TALLER DE ESCALADA EN ROCÓDROMO PORTATIL

Parque de la Vaguada de las Llamas
Horario: de 17:00 a 20:00 h.

9ª CARRERA POPULAR NOCTURNA EN PAREJA

Hora: 21:30 horas
RECORRIDO:
2 vueltas por el circuito del Parque de las Llamas (4,5 km).
Modalidades:
Parejas masculino, femenino y mixto
Inscripciones: a partir de 12 años, hasta el 27 de septiembre a las 20:00 h., a través del correo semanadeportesantander@santander.es indicando obligatoriamente los siguientes campos: la modalidad de la carrera en la que participa-Masculina, femenina o mixta-, nombre y dos apellidos, D.N.I., sexo, fecha de nacimiento, teléfono de contacto y correo electrónico. La inscripción presencial será en el departamento de Escuelas Deportivas en el Complejo Municipal de Deportes Ruth Beitia en horario de 9:00 a 14:00 y de 18:00 a 20:00 h. Recogida de dorsales (previa inscripción): En el complejo Ruth Beitia, en el departamento de Escuelas Deportivas, los días 26 y 27 de septiembre en horario de 9:00 a 14:00 y de 18:00 a 20:00 h., y en el Palacio de deportes de Santander de 19:00 a 21:00 h. A los primeros 800 participantes que recojan su dorsal se les hará entrega de una camiseta.
Las personas que corran sin dorsal NO se considerarán inscritos y no estarán cubiertos por el seguro.
Los dos miembros tendrán que llegar simultáneamente a la meta.
Está prohibido correr con patines, bicicletas, perros, carritos de niños, etc..

SÁBADO 29 DE SEPTIEMBRE

JORNADA DE PUERTAS ABIERTAS

Centro: Complejo Municipal de Deportes Ruth Beitia
Uso gratuito de las Pistas de Tenis, Pádel y Frontón

CLASES DEPORTIVAS DIRIGIDAS - FITNESS

GOFIT SANTANDER RUTH BEITIA
Puertas abiertas en todas las actividades del centro
Inscripción previa: 48 h. antes en santander@go-fit.es indicando nombre, apellidos, clase, día y hora.

Centro: MYST GYM CLUB
C/ Juan de Herrera 18, 2ª planta.
Horario: 11:00 h. HIIT Core
Actividades para mayores de 16 años

TORNEO INFANTIL DE BALONCESTO 3X3

Plaza Porticada
Horario: 10:00 a 13:00 h.

TORNEO DE BALONMANO

Plaza Pombo
Horario: de 09:30 a 14:00 h.

EXHIBICIÓN DE KARATE

Plaza del Ayuntamiento
Horario: a las 10:30 h.

Club CADAYMAN, TALLER DE INICIACIÓN Y EXHIBICIÓN DE GIMNASIA RÍTMICA

Plaza del Ayuntamiento
Horario: de 12:00 a 14:00 h.

DOMINGO 30 DE SEPTIEMBRE

JORNADA DE PUERTAS ABIERTAS

Centro: Complejo Municipal de Deportes Ruth Beitia
Uso gratuito de las Pistas de Tenis, Pádel y Frontón

CLASES DEPORTIVAS DIRIGIDAS - FITNESS

GOFIT SANTANDER RUTH BEITIA
Puertas abiertas en todas las actividades del centro
Inscripción previa: 48 h. antes en santander@go-fit.es indicando nombre, apellidos, clase, día y hora.

CLASES DE INICIACIÓN AL SURF

2ª playa de El Sardinero
Organización: 4 grupos. Clases de 45 minutos.

HOCKEY PLAYA

2ª Playa de El Sardinero
Horario: de 10:00 a 12:00 h.

TALLER DE INICIACIÓN Y EXHIBICIÓN DE PALAS DE PLAYA

CLUB EL CAMELLO, 2ª playa de El Sardinero
Horario: de 10:00 a 12:00 h.

ESCUELA INFANTIL DE SALVAMENTO Y SOCORRISMO

2ª Playa de El Sardinero
Horario: de 10:30 a 13:00 h.

TALLER DE INICIACIÓN AL RUGBY 7 PLAYA

2ª playa de El Sardinero
Horario: de 10:30 a 12:30 h.

DÍA DE LA BICICLETA

Lugar: Parque de Mesones
Horario: Concentración a las 9:00 y salida a las 10:00 h.

RECORRIDO

- SALIDA - Parque del Dr. Mesones, Sardinero, Avda. de Reina Victoria, Castelar, Matías Montero:
Ruta 1: 5,4 Km, Túnel de Tetuán y llegada a Parque del Dr. Mesones
Ruta 2: 8,2 Km, Paseo de Pereda, Isabel II, Plaza del Ayuntamiento, Matías Montero, Túnel de Tetuán y llegada a Parque del Dr. Mesones

Inscripciones: en la sección de deportes del Corte Inglés hasta las 22.00 h. del 28 de septiembre
Para los primeros 1.000 concentrados el día de la prueba, se les hará entrega de una camiseta conmemorativa.
Uso obligatorio del casco durante la marcha.

QUEDADA "SANTANDER SE MUEVE"

Horario: 12:00 h.
Parque de Mesones
Coreografía de la canción "Salta" del grupo Tequila contra el sedentarismo. Únete al reto para llegar a más de 3.000 participantes. Regalo de camiseta para los 2.000 primeros.

CLAUSURA DE LA SEMANA DEL DEPORTE

Lugar: Parque de Mesones
Horario: 12:15 h.
Entrega de distinciones y sorteo de grandes regalos como: televisiones, viajes, bicicletas eléctricas, consolas, etc., entre los participantes de las actividades d la Semana del Deporte 2018

TODAS LAS ACTIVIDADES SON GRATUITAS



IX SEMANA DEL DEPORTE DE SANTANDER 2018

del 24 al 30 de septiembre



DISFRUTA DE MÁS DE 120 ACTIVIDADES DEPORTIVAS GRATUITAS

Al aire libre, en Centros Deportivos, plazas y playas, de nuestra ciudad.



EL DEPORTE SALE OTRA VEZ A LA CALLE



Celebramos una nueva Semana del Deporte de Santander. Y son ya nueve las ediciones de esta cita ineludible con el deporte en nuestra ciudad. Del 24 al 30 de septiembre, disfrutaremos de un amplio programa con más de 120 actividades para niños, adultos y mayores.

Nuestras calles, plazas, pistas y playas se ponen a disposición de todos los santanderinos para que tengan la oportunidad de experimentar y conocer nuevas y apasionantes modalidades deportivas.

En esta Semana, volveremos a disfrutar de quedadas, exhibiciones, competiciones, talleres, torneos, charlas y jornadas para que todo el mundo encuentre un motivo para conocer o acercarse a la práctica deportiva.

El Día de la Bici, la quedada de palines o la coreografía de “Santander se Mueve” son algunas de las novedades que harán que nuestros parques se vistan de color y concentren a miles de personas practicando actividades saludables.

A estas nuevas iniciativas, hay que sumar la Carrera Popular Nocturna por Parejas, y las actividades acuáticas y de playa de toda la semana, sin olvidarnos de que los principales centros deportivos de la ciudad abren sus puertas a todos los ciudadanos con motivo de esta cita.

La VI Gala del Deporte será otra cita importante para nuestros jóvenes, ya que en ella se reconoce todo el esfuerzo y los logros obtenidos la pasada temporada.

Solo me queda desear que volvamos a convertir esta Semana en un festival de actividad física, deporte y salud, así como agradecer, un año más, a todas las federaciones, clubes y empresas colaboradoras su implicación en esta iniciativa.

Porque la actividad física nos hace más sanos y lo que es más importante, más felices, os invito a aprovechar esta oportunidad de disfrutar en familia y con los amigos de una semana llena de deporte.

Gema Igual Ortiz
Rroaldesa de Santander

LUNES 24 DE SEPTIEMBRE

JORNADA DE PUERTAS ABIERTAS

Centro: Complejo Municipal de Deportes Ruth Beitia
Uso gratuito de las Pistas de Tenis, Pádel y Frontón

CLASES DEPORTIVAS DIRIGIDAS – FITNESS

Centro: MOVE&GO
Horario: 10:00 h. Body Attack y Ciclo Indoor, 18:00 h. Sh'bam, 20:30 h. Pilates y 21:00 h. GAP. Adultos.
17:00 h. Entrenamiento juvenil (12 a 16 años)
Inscripciones: en el teléfono 942 39 15 35

Centro: MARISMA WELLNESS CENTER
Horario: 10:30 h. Cardioverano, 15:00 h. Zumba, 20:00 h. Marisma Fit Extreme; 10:30 h., 14:00 h. y 20:30 h. Cycling
Actividades para mayores de 17 años. Inscripciones en el teléfono 942 037 041

Centro: BEUP
Horario: Puertas abiertas de 7:00 a 15:00 h.
9:30 h. Aquagym, 14:00 h. Body Pump y 21:00 h. Body Balance.
Plazas libres hasta agotar aforo

Centro: MYST GYM CLUB
C/ Juan de Herrera 18, 2ª planta.
Horario: 9:30 h. Espalda Sana, 14:00 h. hipopresivos y 18:00 h. HIIT Core
Actividades para mayores de 16 años

BAUTISMO DE MAR

CEAR de vela Príncipe Felipe
Horario: 10:00 y 11:45 h.
Inscripción previa: en cear@rfev.es con 24h de antelación.
Actividad para mayores de 8 años, 6 por turno

JORNADAS DE INICIACIÓN AL KÁRATE

Centro: GIMNASIO NORBERTO ORTIZ
- De 17:45 a 18:45 h., alumnos de 4 a 7 años
- De 18:45 a 19:45 h., alumnos de 9 a 13 años
- De 19:45 a 20:45 h., alumnos de más de 14 años
Información e inscripciones: en el GIMNASIO NORBERTO ORTIZ, C/ Vista Alegre nº2. Teléfono 942 365 004

Centro: GIMNASIO GONZÁLEZ MACHIN
- De 17:15 a 18:15 h., alumnos de 4 a 9 años
- De 18:15 a 19:15 h., alumnos de 10 a 14 años
Horario y edad: De 20:15 a 21:15 h., alumnos a partir de 15 años
Información e inscripciones: en el GIMNASIO GONZÁLEZ MACHIN, C/ Simancas nº25. Teléfono 942 320 792

JORNADAS DE INICIACIÓN AL KARATE DO

Centro: DÔJÔ BAMBÚ
Inscripción: en eam@dojobambu.es
Horario: 17:45 h., alumnos de 5 a 10 años
21:15 h., alumnos a partir de 17 años

JORNADAS DE INICIACIÓN AL IAIDÔ

(sable japonés)

Centro: DÔJÔ BAMBÚ
Inscripción: en eam@dojobambu.es
Horario y edad: 10:30 h., alumnos a partir de 18 años

JORNADA DE INICIACIÓN AL KENDÔ

Centro: DÔJÔ BAMBÚ
Inscripción: en eam@dojobambu.es
Horario y edad: 19:45 h., alumnos a partir de 16 años

TIRADAS Y TALLER DE INICIACIÓN A LOS BOLOS

Fechas: Lunes 24, Miércoles 26 y Viernes 28 de Septiembre
Horario y lugar: 16:00 a 18:00 h. Bolera El Verdoso (PB La Carmencita) C/Vargas
Información: Iniciación al juego de Bolo Palma
Actividad libre sin inscripción previa

Proyecto ¡ACTÍVATE EN LOS PARQUES!

Lugar: Parque Finca Altamira.
Horario: 11:00 a 12:00 h.
Descripción: conoce como utilizar los aparatos de ejercicio físico en los parques biosaludables.
Dirigido a mayores y jóvenes.
Inscripción: Servicio de Salud, C/ Cisneros 2, 3º. Teléfono 942 200 750. actividades-salud@santander.es y en el propio parque a la hora de la actividad.

TALLER NUTRICIÓN Y DEPORTE

Hotel Escuela Las Carolinas
Horario: 17:00 a 19:00 h.
Inscripción: Servicio de Salud, C/ Cisneros 2, 3º. Teléfono 942 200 750. actividades-salud@santander.es

GOLF, DESCÚBRELO!

Campo Municipal de Golf de Matalaños
Horario: 10:45, 11:30, 17:45 y 18:30 h.
Inscripciones: en el teléfono 942 203 075
Grupo máximo de 4 personas

MARTES 25 DE SEPTIEMBRE

JORNADA DE PUERTAS ABIERTAS

Centro: Complejo Municipal de Deportes Ruth Beitia
Uso gratuito de las Pistas de Tenis, Pádel y Frontón

CLASES DEPORTIVAS DIRIGIDAS – FITNESS

Centro: MOVE&GO
Horario: 9:15 h. Aquafitness, 11:30 h. Body balance, 14:00 h. Ciclo Indoor, 18:15 h. GAP y 21:15 h. Body Combat. Adultos.
17:00 h. Pilates juvenil (12 a 16 años)
Inscripciones: en el teléfono 942 39 15 35

Centro: MARISMA WELLNESS CENTER
Horario: 8:30 h. GAP, 14:00 h. Power, 19:00 h. Marisma Fit Extreme y 20:00 h. Run City.

Inscripciones: en el teléfono 942 037 041

Actividades para mayores de 17 años

Centro: BEUP

Horario: Puertas abiertas de 7:00 a 15:00 h.
9:15 h. Yoga, 14:30 h. Syngry y 17:30 h. Zumba.

Plazas libres hasta agotar aforo

Centro: MYST GYM CLUB

Lugar: C/ Juan de Herrera 18, 2ª planta.
Horario: 8:30 h. Gbike, 10:00 h. Zumba, 18:00 h. Espalda Sana y 21:00 h. Gbox.

Actividades para mayores de 16 años

BAUTISMO DE MAR

CEAR de vela Príncipe Felipe
Horario: 10:00 y 11:45 h.
Inscripción previa: en cear@rfev.es con 24h de antelación.
Actividad para mayores de 8 años, 6 por turno

JORNADAS DE INICIACIÓN AL KARATE DO

Centro: DÔJÔ BAMBÚ
Inscripción: en eam@dojobambu.es
Horario y edad: 18:15 h., alumnos de 11 a 16 años

JORNADAS DE INICIACIÓN AL AIKIDÔ (AIKIKAI)

Centro: DÔJÔ BAMBÚ
Inscripción: en eam@dojobambu.es
Horario y edad: 9:00 y 21:15 h., alumnos a partir de 16 años.

JORNADAS DE INICIACIÓN AL KAISEN DÔ

(autodefensa)

Centro: DÔJÔ BAMBÚ
Inscripción: en eam@dojobambu.es
Horario y edad: 19:45 h., alumnos a partir de 16 años

TIRADAS Y TALLER DE INICIACIÓN A LOS BOLOS

Bolera El Verdoso (PB La Carmencita) C/Vargas
Horario: 16:00 a 18:00 h.
Información: Iniciación al juego de Bolo Palma
Actividad libre sin inscripción previa

GOLF, DESCÚBRELO!

Campo Municipal de Golf de Matalaños
Horario: 10:45, 11:30, 17:45 y 18:30 h.
Inscripciones: en el teléfono 942 203 075
Grupo máximo de 4 personas

TALLER DE REANIMACIÓN CARDIO PULMONAR

Centro Cívico Numancia
Horario: 17:00 a 19:00 horas
Inscripción: Servicio de Salud, C/ Cisneros 2, 3º. Teléfono 942 200 750. actividades-salud@santander.es

TALLER NUTRICIÓN Y DEPORTE

Hotel Escuela Las Carolinas
Horario: 17:00 a 19:00 h.
Inscripción: Servicio de Salud, C/ Cisneros 2, 3º. Teléfono 942 200 750. actividades-salud@santander.es

6º GALA DEL DEPORTE BASE DE SANTANDER

Fecha: Martes 25 de septiembre a las 20:00 h.
Palacio de Exposiciones de Santander
Gran Gala donde se hará entrega de galardones a los jóvenes deportistas más destacados durante el año pasado.
Acceso limitado para deportistas premiados y acompañantes invitados.

MIÉRCOLES 26 DE SEPTIEMBRE

JORNADA DE PUERTAS ABIERTAS

Centro: Complejo Municipal de Deportes de La Albericia
Uso gratuito de las Pistas de Tenis, Pádel y Frontón

CLASES DEPORTIVAS DIRIGIDAS – FITNESS

Centro: MOVE&GO
Horario: 8:00 h. Body Pumb, 10:00 h. B. Jam, 19:00 h. Cxworx y 21:00 h. Syngry 360. Adultos.
17:00 h. Entrenamiento juvenil (12 a 16 años)
12:30 h. y 16:30 h. Taller de Matronatación
Inscripciones: en el teléfono 942 39 15 35

Centro: MARISMA WELLNESS CENTER
Horario: 10:30 h. Cardioverano, 20:0 h. Marisma Fit Extreme; 10:30, 14:00 y 20:30 h. Cycling
Inscripciones: en el teléfono 942 037 041
Actividades para mayores de 17 años

Centro: BEUP

Horario: Puertas abiertas de 7:00 a 15:00 h.
9:30 h. Body Combat, 14:00 h. Body Pump y 19:30 h. Ciclo Start.
Plazas libres hasta agotar aforo

Centro: MYST GYM CLUB

C/ Juan de Herrera 18, 2ª planta.
Horario: 10:30 Pilates, 14:15 Gbox y 20:15 Zumba
Actividades para mayores de 16 años

BAUTISMO DE MAR

CEAR de vela Príncipe Felipe
Horario: 10:00 y 11:45 h.
Inscripción previa: en cear@rfev.es con 24h de antelación.
Actividad para mayores de 8 años, 6 por turno

JORNADAS DE INICIACIÓN AL KÁRATE

Centro: GIMNASIO NORBERTO ORTIZ
- De 17:45 a 18:45 h., alumnos de 4 a 7 años
- De 18:45 a 19:45 h., alumnos de 9 a 13 años
- De 19:45 a 20:45 h., alumnos de más de 14 años
Información e inscripciones: en el GIMNASIO NORBERTO ORTIZ, C/ Vista Alegre nº2. Teléfono 942 365 004

Centro: GIMNASIO GONZÁLEZ MACHIN
- De 17:15 a 18:15 h., alumnos de 4 a 9 años
- De 18:15 a 19:15 h., alumnos de 10 a 14 años

- De 20:15 a 21:15 h., alumnos a partir de 15 años
Información e inscripciones: en el GIMNASIO GONZÁLEZ MACHIN, C/ Simancas nº25. Teléfono 942 320 792

JORNADAS DE INICIACIÓN AL KARATE DO

Centro: DÔJÔ BAMBÚ
Inscripción: en eam@dojobambu.es
Horario y edad: 17:45 h., alumnos de 5 a 10 años
9:30 y 21:15 h., alumnos a partir de 17 años

JORNADAS DE INICIACIÓN AL AIKIDÔ (AIKIKAI)

Centro: DÔJÔ BAMBÚ
Inscripción: en eam@dojobambu.es
Horario y edad: 19:45 h., alumnos a partir de 16 años

TIRADAS Y TALLER DE INICIACIÓN A LOS BOLOS

Horario y lugar: 16:00 a 18:00 h. Bolera El Verdoso (PB La Carmencita) C/Vargas
Actividad libre sin inscripción previa

GOLF, DESCÚBRELO!

Campo Municipal de Golf de Matalaños
Horario: 10:45, 11:30, 17:45 y 18:30 h.
Inscripciones: en el teléfono 942 203 075
Grupo máximo de 4 personas

Proyecto ¡ACTÍVATE EN LOS PARQUES!

Parque Finca Altamira.
Horario: 11:00 a 12:00 h.
Descripción: Masterclass dirigida por cualificados profesionales del deporte para el correcto aprendizaje y utilización de los aparatos de ejercicio físico de los Parques Biosaludables para mantener la forma física y prevenir lesiones.
Inscripción: Servicio de Salud, C/ Cisneros 2, 3º. Teléfono 942 200 750. actividades-salud@santander.es

TALLER NUTRICIÓN Y DEPORTE

Hotel Escuela Las Carolinas
Horario: 17:00 a 19:00 h.
Inscripción: Servicio de Salud, C/ Cisneros 2, 3º. Teléfono 942 200 750. actividades-salud@santander.es

JUEVES 27 DE SEPTIEMBRE

JORNADA DE PUERTAS ABIERTAS

Centro: Complejo Municipal de Deportes Ruth Beitia
Uso gratuito de las Pistas de Tenis, Pádel y Frontón

CLASES DEPORTIVAS DIRIGIDAS – FITNESS

Centro: GOFIT SANTANDER RUTH BEITIA
Puertas abiertas en todas las actividades del centro
Inscripción previa: 48 h. antes en santander@go-fit.es indicando nombre, apellidos, clase, día y hora.

Centro: MOVE&GO
Horario: 9:15 y 19:30 h. Aquadynamic, 18:15 h. B. Combat, 19:15 h. B. Jam y 20:30 h. Ciclo Indoor. Adultos.
17:00 Pilates y Entrenamiento Juvenil juvenil (12 a 16 años)
Inscripciones: en el teléfono 942 39 15 35

Centro: MARISMA WELLNESS CENTER
Horario: 8:30 h. GAP, 14:00 h. Power, 19:00 h. Marisma Fit Extreme y 20:00 h. Run City.
Inscripciones: en el teléfono 942 037 041
Actividades para mayores de 17 años

Centro: BEUP
Horario: Puertas abiertas de 7:00 a 15:00 h.
9:15 h. Ciclo Start, 14:30 h. Syngry y 17:45 h. Body Balance.
Plazas libres hasta agotar aforo

Centro: MYST GYM CLUB
C/ Juan de Herrera 18, 2ª planta.
Horario: 11:45 h. Gbox, 19:45 h. GAP y 20:45 h. Gbody
Actividades para mayores de 16 años

BAUTISMO DE MAR

Lugar: CEAR de vela Príncipe Felipe
Horario: 10:00 y 11:45 h.
Inscripción previa: en cear@rfev.es con 24h de antelación.
Actividad para mayores de 8 años, 6 por turno

JORNADAS DE INICIACIÓN AL KÁRATE

Centro: GIMNASIO NORBERTO ORTIZ
- De 17:45 a 18:45 h., alumnos de 4 a 7 años
- De 18:45 a 19:45 h., alumnos de 9 a 13 años
- De 19:45 a 20:45 h., alumnos de más de 14 años
Información e inscripciones: en el GIMNASIO NORBERTO ORTIZ, C/ Vista Alegre nº2. Teléfono 942 365 004

JORNADAS DE INICIACIÓN AL KARATE DO

Centro: DÔJÔ BAMBÚ
Inscripción: en eam@dojobambu.es
Horario y edad: 18:15 h., alumnos de 11 a 16 años

JORNADAS DE INICIACIÓN AL AIKIDÔ (AIKIKAI)

Centro: DÔJÔ BAMBÚ
Inscripción: en eam@dojobambu.es
Horario y edad: 9:00 y 21:15 h., alumnos a partir de 16 años

JORNADA DE INICIACIÓN AL KENDÔ

Centro: DÔJÔ BAMBÚ
Inscripción: en eam@dojobambu.es
Horario y edad: 19:45 h., alumnos a partir de 16 años

GOLF, DESCÚBRELO!

Campo Municipal de Golf de Matalaños
Horario: 10:45, 11:30, 17:45 y 18:30 h.
Inscripciones: en el teléfono 942 203 075
Grupo máximo de 4 personas

TALLER DE REANIMACIÓN CARDIO PULMONAR

Centro Cívico Numancia
Horario: 17:00 a 19:00 h.