

ESCUELAS Y ACTIVIDADES

# DEPORTIVAS

25/26



SANTANDER  
CIUDAD



INSTITUTO MUNICIPAL  
DE DEPORTES  
AYUNTAMIENTO DE SANTANDER

The background of the page is a repeating pattern of light gray silhouettes of various athletes in motion, performing different sports such as running, jumping, and playing ball games. In the center, there are two overlapping circles: a larger dark blue circle on the left and a smaller, lighter blue circle on the right. The text is centered within the lighter blue circle.

# Información Importante

## INFORMACIÓN IMPORTANTE

<b>FECHAS DE PREINSCRIPCIÓN</b>	
<b>ESCUELAS DEPORTIVAS</b>	<b>Fecha inicio:</b> 16 de septiembre de 2025 – 08:00hs <b>Fecha fin:</b> 22 de septiembre de 2025 – 19:00hs
<b>ACTIVIDADES TRIMESTRALES</b>	<b>1<sup>er</sup> trimestre:</b> <b>Fecha inicio:</b> 16 de septiembre de 2025 – 08:00hs <b>Fecha fin:</b> 22 de septiembre de 2025 – 19:00hs
	<b>2<sup>o</sup> trimestre:</b> <b>Fecha inicio:</b> 9 de diciembre de 2025 – 08:00hs <b>Fecha fin:</b> 15 de diciembre de 2025 – 19:00hs
	<b>3<sup>er</sup> trimestre:</b> <b>Fecha inicio:</b> 9 de marzo de 2026 – 08:00hs <b>Fecha fin:</b> 16 de marzo de 2026 – 19:00hs
<b>FECHAS DE INSCRIPCIÓN</b>	
<b>CAMPUS SEMANALES</b>	<b>Del 27 al 31 de octubre de 2025:</b> <b>Fecha inicio:</b> 13 de octubre de 2025 – 08:00hs <b>Fecha fin:</b> 22 de octubre de 2025 – 19:00hs
	<b>Del 16 al 20 de febrero de 2026:</b> <b>Fecha inicio:</b> 2 de febrero de 2026 – 08:00hs <b>Fecha fin:</b> 11 de febrero de 2026 – 19:00hs

- \* Los participantes en las distintas escuelas y/o actividades, **deberán tener la edad que se requiere cumplida antes del 31 de diciembre de 2025.**
- \* Las Escuelas Deportivas seguirán el calendario escolar, no así los cursos trimestrales que seguirán el calendario laboral fijado en el municipio de Santander.
- \* Se recuerda que no está permitido el uso de teléfonos móviles u otros dispositivos durante el desarrollo de las actividades y que en caso de pérdida o robo el Instituto Municipal de Deportes no se responsabilizará del mismo.
- \* **CAMPUS SEMANALES:** NO se realizarán cambios de pañales, administración de tratamientos, ni tareas de higiene personal. En caso necesario se avisará a los progenitores.

### **FORMA DE REALIZAR LA PRE-INSCRIPCIÓN**

La preinscripción en las diferentes actividades se podrá efectuar a través de la página web del Instituto Municipal de Deportes ([www.santanderdeportes.com](http://www.santanderdeportes.com)). Para poder preinscribirse **el alumno que vaya a realizar la actividad deberá estar registrado en dicha página web.**

- En caso de que el alumno nunca haya estado inscrito en nuestras actividades ni se hubiera registrado en la plataforma deberán realizar el proceso de registro pinchando en el botón **REGISTRARSE.**

**Pasos para realizar la preinscripción (una vez registrado en la página web)**

1. En la página web [www.santanderdeportes.com](http://www.santanderdeportes.com), ir a “REGISTRO” e introducir el N.º Usuario/DNI y la contraseña del alumno, y dar al botón “VALIDAR”.
2. En el menú que aparece en la parte lateral izquierda de la página ir a la opción “PRE-INSCRIPCIONES” y, a continuación, seleccionar la actividad (y horario) en el que desea preinscribirse y pinchar en el botón “BUSCAR”. De esta manera le aparecerá el listado de actividades que cumplen los requisitos indicados.
3. A la derecha de cada una de las actividades ofertadas aparecen dos botones +INFO y ELEGIR. Pinchar en el botón ELEGIR de la actividad en la que se está interesado. Automáticamente aparece una pantalla de aviso con el título “ALTA EN SORTEO” y en la parte inferior de dicha pantalla un botón parpadeante en amarillo y verde “ALTA PREINSCRIPCIONES”.
4. Pulsar en el botón “ALTA PREINSCRIPCIONES”.  
Al hacerlo aparecerá un justificante con el número de sorteo, el nombre del alumno/a, la actividad y un código QR. EN ESTE CASO LA PREINSCRIPCIÓN ESTARÁ CORRECTAMENTE REALIZADA.  
IMPORTANTE: NO OLVIDE DAR AL BOTON “ALTA PREINSCRIPCIONES”.

**Cada alumno únicamente podrá realizar 4 preinscripciones y en caso de ser agraciado en el sorteo solamente será admitido en una de las actividades y horario solicitados (en caso de exceder de dicho número solo serán tenidas en cuenta las 4 primeras).**

**Cada alumno deberá preinscribirse en las actividades que esté interesado con un único usuario, si no será eliminado del sorteo.**

En el caso de que en alguna Escuela o Actividad trimestral hubiese más solicitudes que plazas, las mismas se adjudicarán por sorteo, sin tener en cuenta el orden de presentación de las solicitudes, el parentesco y tampoco haber sido alumno en ediciones anteriores. Sin embargo, si tienen preferencia las personas empadronadas en el Ayuntamiento de Santander, y en las actividades de carácter trimestral, en el 2º y 3º trimestre, aquellos que hayan participado en el trimestre anterior, al objeto de mantener la continuidad de la formación. Con respecto a aquellos alumnos que participen en 2 o más horarios de la misma actividad en el trimestre anterior, sólo se les podrá garantizar dicha prioridad en uno de los horarios y la adjudicación será por sorteo.

Una vez realizado el sorteo, en aquellas plazas vacantes la inscripción podrá realizarse directamente a partir del **29 de septiembre de 2025**, a través de la página web [www.santanderdeportes.com](http://www.santanderdeportes.com), opción “CURSOS Y ACTIVIDADES” – “ALTA ESCUELAS DEPORTIVAS”.

En caso de cualquier duda, pueden ponerse en contacto con la oficina de Escuelas Deportivas, sitas en el Complejo Deportivo Municipal Ruth Beitia, en horario de lunes a jueves de 08,00 a 14,00 y de 17,00 a 19,00 horas y los viernes de 08,00 a 14,30 horas (tel. 942 203 176/ 942 200 800 ext.1)

**PUBLICACIÓN LISTADOS ALUMNOS ADMITIDOS Y ALUMNOS EN LISTA DE ESPERA**

El día **26 de septiembre de 2025** se publicarán los listados de alumnos admitidos y los de alumnos en lista de espera en la página web [www.santanderdeportes.com](http://www.santanderdeportes.com).

De la fecha de publicación del listado de alumnos admitidos y alumnos en lista de espera de los cursos trimestrales correspondientes al 2º y 3º trimestre se informará en la página web [www.santanderdeportes.com](http://www.santanderdeportes.com).

**IMPORTANTE:** Los solicitantes de las actividades (en el caso de los menores de edad, su padre/madre o tutor) **ACEPTAN** que en los listados publicados en la página web [www.santanderdeportes.com](http://www.santanderdeportes.com) aparezca el nombre, apellidos y actividad en la que se ha quedado admitido/no admitido o en lista de espera.

### **INGRESO DE CUOTAS**

Los ingresos correspondientes a las cuotas de las Actividades y Escuelas Deportivas se realizarán **entre el 26 y el 29 de septiembre de 2025, a excepción de los cursos trimestrales de pádel adultos que lo realizarán entre el 1 y el 3 de octubre de 2025.**

Para poder acogerse a cualquier bonificación, deducción y/o exención el/los interesados deberán cumplir con todos los requisitos exigibles **en el momento de realizar la inscripción.**

**Una vez realizado el ingreso de la actividad no procederá la devolución del mismo, salvo por causas justificadas** (*enfermedad, accidente o traslados por motivos laborales o personales, que tendrán que ser justificados mediante la aportación de documentación que avale dichas circunstancias*).

### **RECOMENDACIONES PARA LA BUENA PRÁCTICA DEL EJERCICIO FÍSICO**

- Antes de comenzar la actividad, hacerse un reconocimiento médico si desconoce su estado de salud y forma física.
- Si padece algún tipo de enfermedad crónica (diabetes, asma...) ponerlo en conocimiento del monitor para realizar la actividad con mayor seguridad.
- Utilizar indumentaria adecuada, que le resulte confortable para la práctica de ejercicio físico. Ropa que permita la transpiración, un calzado deportivo cómodo, etc.
- Hidratarse antes, durante y después de realizar ejercicio físico.
- No utilizar fajas u otras prendas diseñadas para evitar la transpiración. Estos elementos provocan un severo aumento de la temperatura corporal que ponen en riesgo su salud.
- Llevar a cabo una dieta equilibrada.
- Pero sobre todo divertirse y no olvidar algo muy importante: no deje de realizar Actividad Física; su Salud, Ánimo y Entorno se lo agradecerán.

The background of the entire page is a repeating pattern of light gray silhouettes of various athletes in motion, performing different sports like soccer, basketball, tennis, and track and field. In the center, there are two overlapping circles: a larger dark blue circle on the left and a smaller, lighter blue circle on the right. The text is centered within the lighter blue circle.

# Escuelas Deportivas

## ESCUELAS DEPORTIVAS

### AJEDREZ

#### SEDES Y HORARIOS

- **CENTRO CIVICO "CALLE ALTA"**
    - INICIACION: miércoles de 18:00 a 19:00 horas
    - PERFECCIONAMIENTO: miércoles de 19:00 a 20:00 horas
  - **PABELLON UCO LASTRA (Cueto)**
    - Viernes de 18:00 a 19:00 horas
- Preinscripción:** Del 16 al 22 de septiembre de 2025
- Cuota:** Empadronados: 90 € – No Empadronados: 110 €
- Duración:** De octubre a mayo
- Edad:** De 6 a 16 años
- N.º mínimo alumnos:** 5 alumnos/grupo

### ATLETISMO

#### SEDES Y HORARIOS

- **COMPLEJO DEPORTIVO MUNICIPAL "RUTH BEITIA"**

#### Edades comprendidas entre los 6 y los 11 años

- Lunes, miércoles y viernes de 18:00 a 19:00 horas
- Martes y jueves de 18:00 a 19:00 horas

#### Edades comprendidas entre los 12 y los 16 años

- Lunes, miércoles y viernes de 19:00 a 20:00 horas
- Martes y jueves de 19:00 a 20:00 horas

- Preinscripción:** Del 16 al 22 de septiembre de 2025
- Cuota:** Empadronados: 90 € – No Empadronados: 110 €
- Duración:** De octubre a mayo
- Edad:** De 6 a 16 años

### BADMINTON

#### SEDES Y HORARIOS

- **PABELLÓN INTERIOR COMPLEJO DEPORTIVO MUNICIPAL "RUTH BEITIA"**

- Martes y jueves
  - de 16:50 a 17:50 horas

- **PABELLÓN POLIDEPORTIVO MUNICIPAL "GERARDO DIEGO"**

- Martes y jueves
  - de 18:00 a 19:00 horas
  - de 19:00 a 20:00 horas

- **PABELLÓN POLIDEPORTIVO MUNICIPAL "MARIA BLANCHARD"**

- Miércoles y viernes
  - de 18:30 a 19:30 horas
  - de 19:30 a 20:30 horas

- Preinscripción:** Del 16 al 22 de septiembre de 2025
- Cuota:** Empadronados: 90 € – No Empadronados: 110 €
- Duración:** De octubre a mayo
- Edad:** De 8 a 16 años
- N.º mínimo alumnos:** 6 alumnos/grupo

\* **Material necesario:** Raqueta de bádminton

## BALONCESTO

### SEDES Y HORARIOS

#### INICIACION

##### BABYBASKET

*(Alumnos nacidos entre 2016-2019)*

➤ **PABELLÓN POLIDEPORTIVO MUNICIPAL "MARCELINO BOTIN"**

- Martes y jueves de 18:00 a 19:00 horas

*(Alumnos nacidos entre 2017-2019)*

➤ **PABELLÓN POLIDEPORTIVO MUNICIPAL "NUMANCIA"**

- Lunes y miércoles de 18:00 a 19:00 horas

➤ **PABELLÓN POLIDEPORTIVO MUNICIPAL "CABO MAYOR"**

- Martes y jueves de 18:00 a 19:00 horas

##### MINIBASKET *(Alumnos nacidos entre 2014-2016)*

➤ **PABELLÓN POLIDEPORTIVO MUNICIPAL "NUMANCIA"**

- Lunes y miércoles de 18:00 a 19:00 horas

➤ **PABELLÓN POLIDEPORTIVO MUNICIPAL "CABO MAYOR"**

- Martes y jueves de 18:00 a 19:00 horas

##### BALONCESTO *(Alumnos nacidos entre 2009-2013)*

➤ **PABELLÓN POLIDEPORTIVO MUNICIPAL "MARCELINO BOTIN"**

- Lunes y miércoles de 18:00 a 19:00 horas

➤ **PABELLÓN POLIDEPORTIVO MUNICIPAL "NUMANCIA"**

- Lunes y miércoles de 19:00 a 20:00 horas

#### PERFECCIONAMIENTO

*(Antiguos alumnos/as de la Escuela, a criterio del equipo técnico)*

➤ *Para acceder a los grupos de perfeccionamiento es necesario pasar una prueba de nivel.*

➤ *Fecha prueba de nivel (previa preinscripción): martes 23 de septiembre en el Pabellón "Marcelino Botín" de 18:00 a 19:00 horas.*

##### ALUMNOS NACIDOS ENTRE 2016 Y 2017

➤ **PABELLÓN POLIDEPORTIVO MUNICIPAL "MANUEL CACICEDO"** *(San Román)*

*(Categoría femenina)*

- Martes y jueves de 17:30 a 19:00 horas

➤ **PABELLÓN POLIDEPORTIVO MUNICIPAL "MARCELINO BOTIN"**

*(Categoría masculina)*

- Martes de 19:00 a 20:00 horas
- Viernes de 18:00 a 20:00 horas

##### ALUMNOS NACIDOS ENTRE 2014 Y 2015

➤ **PABELLÓN POLIDEPORTIVO MUNICIPAL "MANUEL LLANO"**

*(Categoría masculina)*

- Lunes y miércoles de 18:00 a 19:30 horas

➤ **PABELLÓN POLIDEPORTIVO MUNICIPAL "MANUEL LLANO"**

*(Categoría femenina)*

- Lunes y miércoles de 18:00 a 19:30 horas

#### ALUMNOS NACIDOS ENTRE 2012 Y 2013

- **PABELLÓN POLIDEPORTIVO MUNICIPAL “MANUEL CACICEDO”** (*San Román*)  
(Categoría masculina)
  - Martes y jueves de 17:30 a 19:00 horas
- **PABELLÓN POLIDEPORTIVO MUNICIPAL “UCO LASTRA”** (*Cueto*)  
(Categoría femenina)
  - Martes y jueves de 18:00 a 20:00 horas

#### ALUMNOS NACIDOS ENTRE 2010 Y 2011

- **PABELLÓN POLIDEPORTIVO MUNICIPAL “FUENTE DE LA SALUD”**  
(Categoría masculina)
    - Lunes y miércoles de 18:00 a 19:30 horas
  - **PABELLÓN POLIDEPORTIVO MUNICIPAL “MANUEL CACICEDO”** (*San Román*)  
(Categoría femenina)
    - Lunes y miércoles de 18:00 a 20:00 horas
- Preinscripción:** Del 16 al 22 de septiembre de 2025
- Cuota:** Empadronados: 90 € – No Empadronados: 110 €
- Duración:** De octubre a mayo
- Edad:** De 6 a 16 años

### BALONMANO

#### SEDES Y HORARIOS

- **PABELLÓN POLIDEPORTIVO “FUENTE DE LA SALUD”**  
**Edad:** De 6 a 11 años
    - Martes y jueves de 18:00 a 20:00 horas
  - **PABELLÓN POLIDEPORTIVO MUNICIPAL “GERARDO DIEGO”**  
**Edad:** De 12 a 16 años
    - Lunes y miércoles de 17:30 a 19:30 horas
- Preinscripción:** Del 16 al 22 de septiembre de 2025
- Cuota:** Empadronados: 90 € – No Empadronados: 110 €
- Duración:** De octubre a mayo
- Edad:** De 6 a 16 años

### BOLOS

#### SEDES

- **BOLERA MUNICIPAL DE CUETO**
  - **A. V. CASTILLA HERMIDA**
  - **PEÑACASTILLO**
  - **LA GRUA DE PIEDRA**
  - **COMPLEJO DEPORTIVO MUNICIPAL RUTH BEITIA**
- Duración:** De enero a diciembre

#### ESCUELA DE INVIERNO Y PERFECCIONAMIENTO

- **BOLERA MUNICIPAL DE CUETO**
- Duración:** De octubre a febrero

**Información e inscripciones:** Tfno.: 942 33 83 22 (Federación Cantabra de Bolos)

## FUTBOL

### SEDES Y HORARIOS

#### FÚTBOL

- COMPLEJO DEPORTIVO MUNICIPAL "RUTH BEITIA"
  - Lunes y jueves de 18:00 a 20:00 horas
  - Martes y viernes de 18:00 a 20:00 horas
- CAMPO "EL REGIMIENTO"
  - Lunes y jueves de 18:00 a 20:00 horas
  - Martes y viernes de 18:00 a 20:00 horas

#### FÚTBOL PERFECCIONAMIENTO

(Antiguos alumnos/as de la Escuela, a criterio del equipo técnico)

- En el caso de NO haber sido alumno/a de la Escuela, será necesario superar una prueba de nivel.
- Fecha prueba de nivel (previa preinscripción): lunes 22 y martes 23 de septiembre, en el "Campo de Fútbol B" del Complejo Deportivo Municipal "Ruth Beitia", de 18:00 a 19:00 horas.
- COMPLEJO DEPORTIVO MUNICIPAL "RUTH BEITIA"
  - Lunes y jueves de 18:00 a 20:00 horas
  - Martes y viernes de 18:00 a 20:00 horas
- CAMPO "EL REGIMIENTO"
  - Lunes y jueves de 18:00 a 20:00 horas
  - Martes y viernes de 18:00 a 20:00 horas
- "TORNEO SOCIAL": Sábados tarde (Complejo Deportivo Municipal "Ruth Beitia")
  - Torneo entre los alumnos/as de la Escuela, dos sábados al mes, previa convocatoria.
- Preinscripción:** Del 16 al 22 de septiembre de 2025
- Cuota:** Empadronados: 90 € – No Empadronados: 110 €
- Duración:** De octubre a mayo
- Edad:** De 6 a 16 años

## GIMNASIA RITMICA

### SEDES Y HORARIOS

#### ➤ COMPLEJO DEPORTIVO MUNICIPAL "RUTH BEITIA"

##### INICIACION

- Lunes y miércoles
  - de 17:00 a 18:00 horas
  - de 18:00 a 19:00 horas
- Martes y jueves
  - de 17:00 a 18:00 horas
  - de 18:00 a 19:00 horas

##### PERFECCIONAMIENTO (Antiguos alumnos/as de la Escuela, a criterio del equipo técnico)

- Lunes y miércoles de 18:00 a 19:00 horas
- Martes y jueves de 18:00 a 19:00 horas

##### AVANZADO (Antiguos alumnos/as de la Escuela, a criterio del equipo técnico)

- Lunes y miércoles de 18:00 a 19:00 horas
- Martes y jueves de 18:00 a 19:00 horas

#### ➤ PABELLÓN POLIDEPORTIVO MUNICIPAL "NUMANCIA"

##### INICIACION

- Martes y jueves de 18:00 a 19:00 horas

- Preinscripción:** Del 16 al 22 de septiembre de 2025
- Cuota:** Empadronados: 90 € – No Empadronados: 110 €
- Duración:** De octubre a mayo
- Edad:** De 4 a 16 años

## HOCKEY

### SEDES Y HORARIOS

- **COMPLEJO DEPORTIVO MUNICIPAL "RUTH BEITIA"**
  - Miércoles y viernes de 18:00 a 20:00 horas
- Preinscripción:** Del 16 al 22 de septiembre de 2025
- Cuota:** Empadronados: 90 € – No Empadronados: 110 €
- Duración:** De octubre a mayo
- Edad:** De 6 a 16 años

\* Se recomienda el uso de protector bucal y espinilleras

\* Material necesario: Stick de hockey

## NATACION

### SEDES Y HORARIOS

#### ➤ PISCINA MUNICIPAL CUBIERTA

- Lunes y miércoles
    - de 16:00 a 16:50 horas
    - de 17:00 a 17:50 horas
    - de 18:00 a 18:50 horas
    - de 19:00 a 19:50 horas
  - Martes y jueves
    - de 16:00 a 16:50 horas
    - de 17:00 a 17:50 horas
    - de 18:00 a 18:50 horas
    - de 19:00 a 19:50 horas
  - Viernes
    - de 16:00 a 16:50 horas
    - de 17:00 a 17:50 horas
    - de 18:00 a 18:50 horas
    - de 19:00 a 19:50 horas
- Preinscripción:** Del 16 al 22 de septiembre de 2025
  - Cuota:**
    - 2 horas semanales**
      - Empadronados: 90 € - No Empadronados: 110 €
    - 1 hora semanal (viernes)**
      - Empadronados: 45 € - No empadronados: 55 €
  - Duración:** De octubre a mayo
  - Edad:** De 3 a 16 años
- \* Equipamiento necesario: Bañador, gorro, gafas, chanclas y en el caso de los niños de 3 a 5 años escarpines

## PADEL

### SEDE Y HORARIOS

#### ➤ COMPLEJO DEPORTIVO MUNICIPAL "RUTH BEITIA"

- Lunes y miércoles
  - de 17:00 a 18:00 horas
  - de 18:00 a 19:00 horas
- Martes y jueves
  - de 17:00 a 18:00 horas
  - de 18:00 a 19:00 horas

El nivel de los niños se establecerá según el criterio del equipo técnico.

- Preinscripción:** Del 16 al 22 de septiembre de 2025
- Cuota:** Empadronados: 90 € – No Empadronados: 110 €
- Duración:** De octubre a mayo
- Edad:** De 8 a 16 años

\* Material necesario: Pala de pádel

## PATINAJE ARTISTICO

### SEDES Y HORARIOS

#### > COMPLEJO DEPORTIVO MUNICIPAL "RUTH BEITIA"

##### INICIACION

- Lunes y miércoles
  - de 17:00 a 18:00 horas
  - de 18:00 a 19:00 horas
- Martes y jueves
  - de 17:00 a 18:00 horas
  - de 18:00 a 19:00 horas

##### PERFECCIONAMIENTO "B" (A criterio del equipo técnico)

- Martes y jueves de 19:00 a 20:00 horas

##### PERFECCIONAMIENTO "A" (A criterio del equipo técnico)

- Martes y jueves de 19:00 a 21:00 horas

##### AVANZADO I (A criterio del equipo técnico)

- Lunes y miércoles de 19:00 a 21:00 horas
- Viernes de 17:30 a 20:00 horas

##### AVANZADO II (A criterio del equipo técnico)

- Lunes y miércoles de 19:00 a 21:00 horas
- Viernes de 17:30 a 20:00 horas

- Preinscripción:** Del 16 al 22 de septiembre de 2025
- Cuota:** Empadronados: 90 € – No Empadronados: 110 €
- Duración:** De octubre a mayo
- Edad:** De 4 a 16 años

\* **Material necesario:** Uso exclusivo patines de cuatro ruedas en paralelo

## PIRAGÜISMO

### SEDES Y HORARIOS

#### > CLUB DE PIRAGÜISMO "SAN MARTÍN"

(Instalaciones Federación Cantabra de Tiro Olímpico)

##### INICIACION

- Sábados y domingos de 10:00 a 11:30 horas

##### PERFECCIONAMIENTO

- Sábados y domingos de 12:00 a 13:30 horas

- Preinscripción:** Del 16 al 22 de septiembre de 2025
- Cuota:** Empadronados: 90 € – No Empadronados: 110 €
- Duración:** De octubre a mayo
- Edad:** De 8 a 16 años

\* **Importante:** Necesario saber nadar

## TENIS DE MESA

### SEDE Y HORARIOS

#### > PABELLÓN POLIDEPORTIVO MUNICIPAL "MANUEL LLANO"

- Lunes y miércoles de 18:00 a 19:00 horas
- Martes y jueves de 18:00 a 19:00 horas

- Preinscripción:** Del 16 al 22 de septiembre de 2025
- Cuota:** Empadronados: 90 € – No Empadronados: 110 €
- Duración:** De octubre a mayo
- Edad:** De 8 a 16 años

\* **Material necesario:** Pala de tenis de mesa

## TENIS

### SEDE Y HORARIOS

#### ➤ COMPLEJO DEPORTIVO MUNICIPAL "RUTH BEITIA"

- Lunes y miércoles
  - de 17:00 a 18:00 horas
  - de 18:00 a 19:00 horas
  - de 19:00 a 20:00 horas
- Martes y jueves
  - de 17:00 a 18:00 horas
  - de 18:00 a 19:00 horas
  - de 19:00 a 20:00 horas

El nivel de los niños se establecerá según el criterio del equipo técnico.

- Preinscripción:** Del 16 al 22 de septiembre de 2025
- Cuota:** Empadronados: 90 € – No Empadronados: 110 €
- Duración:** De octubre a mayo
- Edad:** De 6 a 16 años

\* **Material necesario:** Raqueta de tenis

## VOLEIBOL

### SEDE Y HORARIOS

#### ➤ PABELLÓN POLIDEPORTIVO MUNICIPAL "SIMÓN CABARGA"

- Miércoles y viernes de 17:30 a 19:30 horas

- Preinscripción:** Del 16 al 22 de septiembre de 2025
- Cuota:** Empadronados: 90 € – No Empadronados: 110 €
- Duración:** De octubre a mayo
- Edad:** De 9 a 16 años

The background of the page is a repeating pattern of light gray silhouettes of various sports activities, including running, jumping, and playing ball games, arranged in a grid-like fashion.

# Actividades Trimestrales

## ACTIVIDADES TRIMESTRALES

### ACONDICIONAMIENTO FISICO

#### SEDES Y HORARIOS

- **COMPLEJO DEPORTIVO MUNICIPAL "RUTH BEITIA"**  
(Edificio Piscina Municipal Cubierta – Sala Fitness 2)
    - Lunes, miércoles y viernes de 10:00 a 11:00 horas
    - Martes y jueves de 10:00 a 11:00 horas
    - Lunes y miércoles
      - de 18:00 a 19:00 horas
      - de 19:00 a 20:00 horas
    - Lunes, martes y jueves de 20:00 a 21:00 horas
  - **PALACIO DE DEPORTES**
    - Martes y jueves
      - de 11:30 a 12:20 horas
      - de 20:00 a 20:50 horas
  - **CENTRO CIVICO "TABACALERA"**
    - Lunes y miércoles de 10:00 a 11:00 horas
  - **CENTRO CIVICO "M.ª CRISTINA"**
    - Martes y jueves de 09:30 a 10:30 horas
  - **CENTRO CIVICO "MONTE"**
    - Martes y jueves de 11:15 a 12:15 horas
  - **CENTRO CIVICO "NUEVA MONTAÑA"**
    - Martes y jueves de 10:00 a 11:00 horas
  - **CENTRO CIVICO "JUAN CARLOS CALDERON"** (Rio de la Pila)
    - Martes y viernes de 10:00 a 11:00 horas
  - **Preinscripción:**
    - **1º trimestre:** Del 16 al 22 de septiembre de 2025
    - **2º trimestre:** Del 9 al 15 de diciembre de 2025
    - **3º trimestre:** Del 9 al 16 de marzo de 2026
  - **Cuota octubre-diciembre 2025**
    - **Curso trimestral 2 horas semanales**
      - Empadronados: 42 € - No Empadronados: 50 €
    - **Curso trimestral 3 horas semanales**
      - Empadronados: 50 € - No Empadronados: 60 €
  - **Duración:** Cursos trimestrales. De octubre a junio
  - **Edad:** A partir de 17 años
- \* **A partir de enero se aplicarán las tasas de 2026**
- \* **Obligatorio llevar toalla**

## AERO-STEP

### SEDES Y HORARIOS

- **COMPLEJO DEPORTIVO MUNICIPAL "RUTH BEITIA"**  
(Edificio Piscina Municipal Cubierta – Sala Fitness 2)
    - Martes y jueves de 11:00 a 12:00 horas
  - **Preinscripción:**
    - 1<sup>er</sup> trimestre: Del 16 al 22 de septiembre de 2025
    - 2<sup>o</sup> trimestre: Del 9 al 15 de diciembre de 2025
    - 3<sup>er</sup> trimestre: Del 9 al 16 de marzo de 2026
  - **Cuota octubre-diciembre 2025**
    - Empadronados: 42 € - No Empadronados: 50 €
  - **Duración:** Cursos trimestrales, 2 horas a la semana. De octubre a junio
  - **Edad:** A partir de 17 años
- \* **A partir de enero se aplicarán las tasas de 2026**

## AERO-STEP LATINO

### SEDES Y HORARIOS

- **PALACIO DE DEPORTES**
    - Lunes y miércoles de 20:00 a 20:50 horas
  - **COMPLEJO DEPORTIVO MUNICIPAL "RUTH BEITIA"**  
(Edificio Piscina Municipal Cubierta – Sala Fitness 1)
    - Lunes y miércoles de 18:00 a 19:00 horas  
(Edificio Piscina Municipal Cubierta – Sala Fitness 2)
    - Martes y jueves de 19:30 a 20:30 horas
  - **Preinscripción:**
    - 1<sup>er</sup> trimestre: Del 16 al 22 de septiembre de 2025
    - 2<sup>o</sup> trimestre: Del 9 al 15 de diciembre de 2025
    - 3<sup>er</sup> trimestre: Del 9 al 16 de marzo de 2026
  - **Cuota octubre-diciembre 2025**
    - Empadronados: 42 € - No Empadronados: 50 €
  - **Duración:** Cursos trimestrales, 2 horas a la semana. De octubre a junio
  - **Edad:** A partir de 17 años
- \* **A partir de enero se aplicarán las tasas de 2026**

## AIKIDO

### SEDE Y HORARIO

- **COMPLEJO DEPORTIVO MUNICIPAL "RUTH BEITIA"**
  - Lunes y jueves de 21:00 a 22:30 horas
- **Preinscripción:** Del 16 al 22 de septiembre de 2025
- **Cuota:** Empadronados: 100 € – No Empadronados: 115 €
- **Duración:** De octubre a junio
- **Edad:** A partir de 17 años

## AQUAGYM

### SEDE Y HORARIOS

- **PISCINA MUNICIPAL CUBIERTA**
    - Lunes y miércoles
      - de 20:30 a 21:20 horas
    - Lunes, miércoles y viernes
      - de 10:30 a 11:20 horas
      - de 11:30 a 12:20 horas
    - Martes y jueves
      - de 09:30 a 10:20 horas
      - de 11:30 a 12:20 horas
      - de 20:00 a 20:50 horas
  - **Preinscripción:**
    - **1º trimestre:** Del 16 al 22 de septiembre de 2025
    - **2º trimestre:** Del 9 al 15 de diciembre de 2025
    - **3º trimestre:** Del 9 al 16 de marzo de 2026
  - **Cuota octubre-diciembre 2025**
    - **Curso trimestral 2 horas semanales**
      - Empadronados: 42 € - No Empadronados: 50 €
    - **Curso trimestral 3 horas semanales**
      - Empadronados: 50 € - No empadronados: 60 €
  - **Duración:** Cursos trimestrales. De octubre a junio
  - **Edad:** A partir de 17 años
- \* A partir de enero se aplicarán las tasas de 2026**

## AQUAGYM TERAPEUTICO

*Actividad física que se desarrolla en el agua utilizando ejercicios suaves y controlados, pensado para personas que quieren realizar aquagym, pero que, por edad, por alguna lesión o por la condición en la que se encuentran no pueden realizar ejercicios más exigentes*

### SEDE Y HORARIOS

- **PISCINA MUNICIPAL CUBIERTA**
    - Lunes y miércoles
      - de 09:30 a 10:20 horas
    - Martes y jueves
      - de 10:30 a 11:20 horas
  - **Preinscripción:**
    - **1º trimestre:** Del 16 al 22 de septiembre de 2025
    - **2º trimestre:** Del 9 al 15 de diciembre de 2025
    - **3º trimestre:** Del 9 al 16 de marzo de 2026
  - **Cuota octubre-diciembre 2025**
    - Empadronados: 42 € - No Empadronados: 50 €
  - **Duración:** Cursos trimestrales, 2 horas a la semana. De octubre a junio
  - **Edad:** A partir de 17 años
- \* A partir de enero se aplicarán las tasas de 2026**

## CROSSTRAINING

Circuitos en los que intervalos de actividad de baja o moderada intensidad se alternan con intervalos de mayor intensidad. Este trabajo ayuda a mejorar tanto la resistencia aeróbica como anaeróbica, así como la reducción del porcentaje de grasa corporal.

### SEDES Y HORARIOS

- **COMPLEJO DEPORTIVO MUNICIPAL "RUTH BEITIA" (sala fitness 1)**
  - Lunes y miércoles de 20:00 a 21:00 horas
- **PALACIO DE DEPORTES**
  - Martes y jueves de 21:00 a 21:50 horas
- **Preinscripción:**
  - **1º trimestre:** Del 16 al 22 de septiembre de 2025
  - **2º trimestre:** Del 9 al 15 de diciembre de 2025
  - **3º trimestre:** Del 9 al 16 de marzo de 2026
- **Cuota octubre-diciembre 2025**
  - Empadronados: 42 € - No Empadronados: 50 €
- **Duración:** Cursos trimestrales, 2 horas a la semana. De octubre a junio
- **Edad:** A partir de 17 años

\* **A partir de enero se aplicarán las tasas de 2026**

\* **Obligatorio llevar toalla**

## ESCALADA ADULTOS

### SEDES Y HORARIOS

- **ROCODROMO MUNICIPAL (Edificio Piscina Municipal Cubierta)**
  - **Lunes**
    - de 11:00 a 12:00 horas
    - de 19:00 a 20:00 horas
    - de 20:00 a 21:00 horas
  - **Martes**
    - de 19:00 a 20:00 horas
    - de 20:00 a 21:00 horas
  - **Miércoles**
    - de 11:00 a 12:00 horas
    - de 19:00 a 20:00 horas
    - de 20:00 a 21:00 horas
  - **Jueves**
    - de 19:00 a 20:00 horas
    - de 20:00 a 21:00 horas
- **Preinscripción:**
  - **1º trimestre:** Del 16 al 22 de septiembre de 2025
  - **2º trimestre:** Del 9 al 15 de diciembre de 2025
  - **3º trimestre:** Del 9 al 16 de marzo de 2026
- **Cuota octubre-diciembre 2025**
  - Empadronados: 21 € - No Empadronados: 25 €
- **Duración:** Cursos trimestrales, 1 hora a la semana. De octubre a junio
- **Edad:** A partir de 17 años
- **N.º mínimo alumnos:** 3 alumnos/grupo

\* **A partir de enero se aplicarán las tasas de 2026**

\* **Material necesario: Obligatorio pies de gato**

## ESCALADA INFANTIL

### SEDES Y HORARIOS

#### ➤ ROCODROMO MUNICIPAL

(Edificio Piscina Municipal Cubierta)

- Lunes y miércoles
  - de 17:00 a 18:00 horas
  - de 18:00 a 19:00 horas
- Martes y jueves
  - de 17:00 a 18:00 horas
  - de 18:00 a 19:00 horas

#### □ Preinscripción:

- **1º trimestre:** Del 16 al 22 de septiembre de 2025
- **2º trimestre:** Del 9 al 15 de diciembre de 2025
- **3º trimestre:** Del 9 al 16 de marzo de 2026

#### □ Cuota octubre-diciembre 2025

- Empadronados: 39 € - No Empadronados: 45 €

#### □ Duración: Cursos trimestrales, 2 horas semanales. De octubre a junio

#### □ Edad: De 8 a 16 años

#### □ N.º mínimo alumnos: 3 alumnos/grupo

\* **A partir de enero se aplicarán las tasas de 2026**

\* **Material necesario: Obligatorio pies de gato**

## ESPALDA SANA

*Esta actividad se basa en ejercicios centrados en la musculatura de la espalda para mejorar la corrección de la postura y de las patologías desarrolladas por una deficiente salud en la columna vertebral. El objetivo de esta actividad se basa en la prevención de lesiones que ocurren en la zona lumbar y en la reeducación postural, lo que ayuda a evitar dolores de espalda.*

### SEDES Y HORARIOS

#### ➤ PALACIO DE DEPORTES

- Martes y jueves de 09:00 a 09:50 horas

#### □ Preinscripción:

- **1º trimestre:** Del 16 al 22 de septiembre de 2025
- **2º trimestre:** Del 9 al 15 de diciembre de 2025
- **3º trimestre:** Del 9 al 16 de marzo de 2026

#### □ Cuota octubre-diciembre 2025

- Empadronados: 42 € - No Empadronados: 50 €

#### □ Duración: Cursos trimestrales, 2 horas semanales. De octubre a junio

#### □ Edad: A partir de 17 años

\* **A partir de enero se aplicarán las tasas de 2026**

\* **Obligatorio llevar toalla**

G.A.P.

#### SEDES Y HORARIOS

- **PALACIO DE DEPORTES**
    - Lunes y miércoles de 21:00 a 21:50 horas
  - **COMPLEJO DEPORTIVO MUNICIPAL "RUTH BEITIA"** (*sala fitness 1*)
    - Martes y jueves de 18:00 a 19:00 horas
  - Preinscripción:**
    - **1º trimestre:** Del 16 al 22 de septiembre de 2025
    - **2º trimestre:** Del 9 al 15 de diciembre de 2025
    - **3º trimestre:** Del 9 al 16 de marzo de 2026
  - Cuota octubre-diciembre 2025**
    - Empadronados: 42 € - No Empadronados: 50 €
  - Duración:** Cursos trimestrales, 2 horas semanales. De octubre a junio
  - Edad:** A partir de 17 años
- \* **A partir de enero se aplicarán las tasas de 2026**  
\* **Obligatorio llevar toalla**

GIMNASIA MAYORES

#### SEDES Y HORARIOS

- **COMPLEJO DEPORTIVO MUNICIPAL "RUTH BEITIA"**  
(*Edificio Piscina Municipal Cubierta*)
    - Lunes, miércoles y viernes
      - de 09:00 a 10:00 horas (*Sala 2*)
      - de 10:00 a 11:00 horas (*Sala 1*)
      - de 11:00 a 12:00 horas (*Sala 2*)
      - de 11:30 a 12:30 horas (*Sala 1*)
      - de 12:00 a 13:00 horas (*Sala 2*)
      - de 19:00 a 20:00 horas (*Sala 1*)
  - **PALACIO DE DEPORTES**
    - Lunes, miércoles y viernes
      - de 10:00 a 11:00 horas
      - de 11:15 a 12:15 horas
  - **FINCA ALTAMIRA**
    - Lunes, miércoles y viernes
      - de 10:15 a 11:15 horas
      - de 11:15 a 12:15 horas
  - **PABELLÓN POLIDEPORTIVO "CUETO"**
    - Lunes, miércoles y viernes de 08:45 a 09:45 horas
  - **PABELLÓN POLIDEPORTIVO MUNICIPAL "MARCELINO BOTÍN"**
    - Lunes, miércoles y jueves de 19:00 a 20:00 horas
  - **CENTRO CÍVICO "TABACALERA"**
    - Lunes, miércoles y viernes de 09:00 a 10:00 horas
  - **CENTRO CÍVICO "MERCEDES CACICEDO"** (San Román)
    - Lunes, miércoles y viernes de 11:30 a 12:30 horas
  - Preinscripción:** Del 16 al 22 de septiembre de 2025
  - Cuota:** 36 €
  - Duración:** Curso de octubre a junio
  - Edad:** A partir de 65 años
- \* **Obligatorio llevar toalla**

## GIMNASIA TERAPEUTICA

Actividad física basada en ejercicios suaves, controlados y sin impacto, pensado para personas que quieran realizar alguna actividad que les mantenga en forma, pero que, por edad, por alguna lesión o por la condición en la que se encuentran no pueden realizar ejercicios más exigentes.

### SEDES Y HORARIOS

#### ➤ PALACIO DE DEPORTES

- Martes y jueves de 10:00 a 10:50 horas

#### □ Preinscripción:

- **1º trimestre:** Del 16 al 22 de septiembre de 2025
- **2º trimestre:** Del 9 al 15 de diciembre de 2025
- **3º trimestre:** Del 9 al 16 de marzo de 2026

#### □ Cuota octubre-diciembre 2025

- Empadronados: 42 € - No Empadronados: 50 €

#### □ Duración: Cursos trimestrales, 2 horas semanales. De octubre a junio

#### □ Edad: A partir de 17 años

\* **A partir de enero se aplicarán las tasas de 2026**

\* **Obligatorio llevar toalla**

## GOLF ADULTOS

### SEDE Y HORARIOS

#### ➤ CAMPO MUNICIPAL DE GOLF "MATALEÑAS"

#### INICIACION

*(Destinado a jugadores principiantes que no hayan tenido ningún contacto con el golf o lleven poco tiempo)*

- **Lunes**
  - de 11:30 a 12:20 horas
  - de 16:00 a 16:50 horas
  - de 19:00 a 19:50 horas
- **Martes**
  - de 12:30 a 13:20 horas
  - de 16:00 a 16:50 horas
- **Miércoles**
  - de 10:30 a 11:20 horas
  - de 11:30 a 12:20 horas
  - de 16:00 a 16:50 horas
  - de 19:00 a 19:50 horas
  - de 20:00 a 20:50 horas
- **Jueves**
  - de 12:30 a 13:20 horas
  - de 18:00 a 18:50 horas
  - de 19:00 a 19:50 horas
  - de 20:00 a 20:50 horas
- **Viernes**
  - de 10:30 a 11:20 horas
  - de 11:30 a 12:20 horas
  - de 12:30 a 13:20 horas
  - de 16:00 a 16:50 horas
  - de 17:00 a 17:50 horas
  - de 19:00 a 19:50 horas
  - de 20:00 a 20:50 horas
- **Sábado**
  - de 16:00 a 16:50 horas

### **PERFECCIONAMIENTO**

*(Alumnos que hayan pasado por iniciación y desean obtener licencia para salir al campo)*

- **Lunes**
  - de 10:30 a 11:20 horas
  - de 12:30 a 13:20 horas
- **Martes**
  - de 11:30 a 12:20 horas
  - de 20:00 a 20:50 horas
- **Miércoles**
  - de 09:30 a 10:20 horas
  - de 11:30 a 12:20 horas
  - de 12:30 a 13:20 horas
  - de 16:00 a 16:50 horas
  - de 19:00 a 19:50 horas
- **Jueves**
  - de 09:30 a 10:20 horas
  - de 10:30 a 11:20 horas
  - de 11:30 a 12:20 horas
  - de 12:30 a 13:20 horas
  - de 16:00 a 16:50 horas
  - de 20:00 a 20:50 horas
- **Viernes**
  - de 11:30 a 12:20 horas
  - de 12:30 a 13:20 horas
  - de 16:00 a 16:50 horas
  - de 18:00 a 18:50 horas
  - de 19:00 a 19:50 horas
- **Sábado**
  - de 09:00 a 09:50 horas
  - de 17:00 a 17:50 horas

### **AVANZADO**

*(Alumnos con licencia federativa y experiencia en el campo)*

- **Lunes**
  - de 20:00 a 20:50 horas
- **Martes**
  - de 10:30 a 11:20 horas
  - de 19:00 a 19:50 horas
- **Miércoles**
  - de 10:30 a 11:20 horas
  - de 12:30 a 13:20 horas
  - de 20:00 a 20:50 horas
- **Jueves**
  - de 10:30 a 11:20 horas
  - de 11:30 a 12:20 horas
  - de 16:00 a 16:50 horas
  - de 17:00 a 17:50 horas
  - de 19:00 a 19:50 horas
- **Viernes**
  - de 09:30 a 10:20 horas
  - de 10:30 a 11:20 horas
  - de 20:00 a 20:50 horas
- **Sábado**
  - de 18:00 a 18:50 horas
- **Domingo**
  - de 09:00 a 09:50 horas

- **Preinscripción:**
  - **1º trimestre:** Del 16 al 22 de septiembre de 2025
  - **2º trimestre:** Del 9 al 15 de diciembre de 2025
  - **3º trimestre:** Del 9 al 16 de marzo de 2026
- **Cuota octubre-diciembre 2025**
  - Curso trimestral de 50 min. /semana: 70 €
- **Duración:** Cursos trimestrales, 50 min./semana. De octubre a junio. Los cursos trimestrales de Golf, cuentan con 11 semanas de enseñanza y una semana (la última) para posibles recuperaciones. De no ser necesario esa última semana sería para clases de repaso o refuerzo.
- **Edad:** A partir de 17 años
- **N.º mínimo alumnos:** 3 alumnos/grupo
- **Fechas cursos:**
  - **1º Curso:** octubre-diciembre
    - Del 1 de octubre al 21 de diciembre de 2025
  - **2º Curso:** enero-marzo
    - Del 7 de enero al 29 de marzo de 2026
  - **3º Curso:** abril-junio
    - Del 30 de marzo al 21 de junio de 2026

\* **A partir de enero se aplicarán las tasas de 2026**

## GOLF INFANTIL

### SEDE Y HORARIOS

> CAMPO MUNICIPAL DE GOLF "MATALEÑAS"

#### INICIACION

- Lunes y miércoles de 17:00 a 17:50 horas
- Martes y jueves de 18:00 a 18:50 horas
- Miércoles y viernes de 17:00 a 17:50 horas
- Sábados y domingos
  - de 11:00 a 11:50 horas
  - de 13:00 a 13:50 horas

#### PERFECCIONAMIENTO

- Lunes y miércoles de 18:00 a 18:50 horas
- Martes y jueves de 17:00 a 17:50 horas
- Miércoles y viernes de 18:00 a 18:50 horas
- Sábados y domingos
  - de 10:00 a 10:50 horas
  - de 12:00 a 12:50 horas

- **Preinscripción:**
  - **1º trimestre:** Del 16 al 22 de septiembre de 2025
  - **2º trimestre:** Del 9 al 15 de diciembre de 2025
  - **3º trimestre:** Del 9 al 16 de marzo de 2026
- **Cuota octubre-diciembre 2025**
  - Curso trimestral, 2 clases semanales de 50 min.: 60 €
- **Duración:** Cursos trimestrales, 2 horas semanales. De octubre a junio. Los cursos trimestrales de Golf, cuentan con 11 semanas de enseñanza y una semana (la última) para posibles recuperaciones. De no ser necesario esa última semana sería para clases de repaso o refuerzo.
- **Edad:** De 6 a 16 años
- **N.º mínimo alumnos:** 4 alumnos/grupo
- **Fechas cursos:**
  - **1º Curso:** octubre-diciembre
    - Del 1 de octubre al 21 de diciembre de 2025
  - **2º Curso:** enero-marzo
    - Del 7 de enero al 29 de marzo de 2026
  - **3º Curso:** abril-junio
    - Del 30 de marzo al 21 de junio de 2026

\* **A partir de enero se aplicarán las tasas de 2026**

## NATACION ADULTOS

### SEDES Y HORARIOS

- **PISCINA MUNICIPAL CUBIERTA**
    - Lunes y miércoles
      - de 10:30 a 11:20 horas
      - de 20:00 a 20:50 horas
  - **Preinscripción:**
    - **1º trimestre:** Del 16 al 22 de septiembre de 2025
    - **2º trimestre:** Del 9 al 15 de diciembre de 2025
    - **3º trimestre:** Del 9 al 16 de marzo de 2026
  - **Cuota octubre-diciembre 2025**
    - Empadronados: 70 € - No Empadronados: 90 €
  - **Duración:** Cursos trimestrales, 2 horas semanales. De octubre a junio
  - **Edad:** A partir de 17 años
- \* **A partir de enero se aplicarán las tasas de 2026**

## PADEL ADULTOS

- *Antes del inicio del curso los alumnos admitidos en el nivel de perfeccionamiento deberán realizar una prueba de nivel para confirmar si han realizado la preinscripción de manera acorde a su nivel y, de no ser así, poder liberar la plaza para otra persona que si cumpla con los requisitos.*
- *Fecha prueba de nivel: En el caso del 1º trimestre (octubre-diciembre 2025) la prueba de nivel tendrá lugar los días 29 y 30 de septiembre (el día de la publicación de los listados en la página web [www.santanderdeportes.com](http://www.santanderdeportes.com) se indicará el horario de la prueba de nivel). De la fecha de la realización de la prueba de nivel del 2º y 3º trimestre se informará en la página web [www.santanderdeportes.com](http://www.santanderdeportes.com).*

### SEDES Y HORARIOS

- **COMPLEJO DEPORTIVO MUNICIPAL "RUTH BEITIA"**

#### INICIACION

- **Lunes**
  - de 10:00 a 11:00 horas
  - de 11:00 a 12:00 horas
  - de 19:00 a 20:00 horas
  - de 20:00 a 21:00 horas
  - de 21:00 a 22:00 horas
- **Miércoles**
  - de 10:00 a 11:00 horas
  - de 11:00 a 12:00 horas
  - de 19:00 a 20:00 horas
  - de 20:00 a 21:00 horas
  - de 21:00 a 22:00 horas
- **Viernes**
  - de 11:00 a 12:00 horas
  - de 12:00 a 13:00 horas

#### PERFECCIONAMIENTO

##### **Criterios a tener en cuenta a la hora de realizar la preinscripción en este nivel:**

- Ser conocedor de todos los golpes que existen en el pádel tales como: derecha, revés, volea, saque, direcciones, alturas y paredes, siendo capaz de ejecutar todos estos gestos con un nivel aceptable y ejerciendo un control de todos ellos.

#### HORARIOS

- **Martes**
  - de 10:00 a 11:00 horas
  - de 11:00 a 12:00 horas
  - de 19:00 a 20:00 horas
  - de 20:00 a 21:00 horas
  - de 21:00 a 22:00 horas
- **Jueves**
  - de 10:00 a 11:00 horas
  - de 11:00 a 12:00 horas
  - de 19:00 a 20:00 horas
  - de 20:00 a 21:00 horas
  - de 21:00 a 22:00 horas
- **Viernes**
  - de 10:00 a 11:00 horas

- Preinscripción:**
  - **1º trimestre:** Del 16 al 22 de septiembre de 2025
  - **2º trimestre:** Del 9 al 15 de diciembre de 2025
  - **3º trimestre:** Del 9 al 16 de marzo de 2026
- Cuota octubre-diciembre 2025**
  - Empadronados: 35 € - No Empadronados: 45 €
- Duración:** Cursos trimestrales, 1 hora a la semana. De octubre a junio
- Edad:** A partir de 17 años
- \* **A partir de enero se aplicarán las tasas de 2026**

## PILATES ESPALDA

### SEDES Y HORARIOS

- **COMPLEJO DEPORTIVO MUNICIPAL "RUTH BEITIA"**  
(Edificio Piscina Municipal Cubierta -Sala Fitness 1)
  - Martes y jueves de 11:15 a 12:15 horas
- Preinscripción:**
  - **1º trimestre:** Del 16 al 22 de septiembre de 2025
  - **2º trimestre:** Del 9 al 15 de diciembre de 2025
  - **3º trimestre:** Del 9 al 16 de marzo de 2026
- Cuota octubre-diciembre 2025**
  - Empadronados: 42 € - No Empadronados: 50 €
- Duración:** Cursos trimestrales, 2 horas semanales. De octubre a junio
- Edad:** A partir de 17 años
- \* **A partir de enero se aplicarán las tasas de 2026**
- \* **Obligatorio llevar toalla**

## PILATES SUELO

### SEDES Y HORARIOS

- **PALACIO DE DEPORTES**
  - Lunes y miércoles
    - de 09:00 a 09:50 horas
    - de 18:00 a 18:50 horas
    - de 19:00 a 19:50 horas
  - Martes y jueves
    - de 18:00 a 18:50 horas
    - de 19:00 a 19:50 horas
- Preinscripción:**
  - **1º trimestre:** Del 16 al 22 de septiembre de 2025
  - **2º trimestre:** Del 9 al 15 de diciembre de 2025
  - **3º trimestre:** Del 9 al 16 de marzo de 2026
- Cuota octubre-diciembre 2025**
  - Empadronados: 42 € - No Empadronados: 50 €
- Duración:** Cursos trimestrales, 2 horas semanales. De octubre a junio
- Edad:** A partir de 17 años
- \* **A partir de enero se aplicarán las tasas de 2026**
- \* **Obligatorio llevar toalla**

## TENIS ADULTOS

### SEDES Y HORARIOS

- COMPLEJO DEPORTIVO MUNICIPAL "RUTH BEITIA"

### INICIACION

#### ***Crterios a tener en cuenta a la hora de realizar la preinscripción:***

- No haber recibido nunca clase ni haber jugado al tenis
- No conocer las diferentes empuñaduras
- No ser capaz de mantener bolas en juego con el monitor
- No conocer los golpes básicos: drive, revés, saque, volea de derecha, volea de revés y remate.

### HORARIOS

- Lunes
  - de 10:00 a 11:00 horas
  - de 20:00 a 21:00 horas
- Martes
  - de 20:00 a 21:00 horas
- Miércoles
  - de 10:00 a 11:00 horas
  - de 20:00 a 21:00 horas
- Jueves
  - de 20:00 a 21:00 horas

### INICIACION AVANZADO

#### ***Crterios a tener en cuenta a la hora de realizar la preinscripción***

- Haber recibido alguna clase, haber jugado en ocasiones y ser capaz de mantener la bola en juego con otro compañero o monitor
- Tener la capacidad de realizar sin una correcta ejecución técnica los golpes básicos: drive, revés, saque, volea de derecha, volea de revés y remate

### HORARIOS

- Lunes
  - de 11:00 a 12:00 horas
  - de 21:00 a 22:00 horas
- Martes
  - de 21:00 a 22:00 horas
- Miércoles
  - de 11:00 a 12:00 horas
  - de 21:00 a 22:00 horas
- Jueves
  - de 21:00 a 22:00 horas

## PERFECCIONAMIENTO

### **Criterios a tener en cuenta a la hora de realizar la preinscripción**

- Haber participado en los cursos de perfeccionamiento de Escuelas Deportivas con anterioridad.
- Haber recibido clases continuadas de tenis
- Conocer las diferentes empuñaduras para los 6 golpes básicos de tenis
- Tener la capacidad de mantener un peloteo con el monitor imprimiendo a la pelota velocidad y saber atacar o defender según requiera la situación de juego.

### **HORARIOS**

- **Lunes**
  - de 20:00 a 21:00 horas
  - de 21:00 a 22:00 horas
- **Martes**
  - de 10:00 a 11:00 horas
  - de 11:00 a 12:00 horas
  - de 20:00 a 21:00 horas
  - de 21:00 a 22:00 horas
- **Miércoles**
  - de 20:00 a 21:00 horas
  - de 21:00 a 22:00 horas
- **Jueves**
  - de 10:00 a 11:00 horas
  - de 11:00 a 12:00 horas
  - de 20:00 a 21:00 horas
  - de 21:00 a 22:00 horas

### **Preinscripción:**

- **1º trimestre:** Del 16 al 22 de septiembre de 2025
- **2º trimestre:** Del 9 al 15 de diciembre de 2025
- **3º trimestre:** Del 9 al 16 de marzo de 2026

### **Cuota octubre-diciembre 2025**

- Empadronados: 35 € - No Empadronados: 45 €

### **Duración:** Cursos trimestrales, 1 hora a la semana. De octubre a junio

### **Edad:** A partir de 17 años

### **\* A partir de enero se aplicarán las tasas de 2026**

## **YOGA**

### SEDES Y HORARIOS

#### ➤ **PALACIO DE DEPORTES**

- **Lunes y miércoles**
  - de 16:00 a 16:50 horas
  - de 17:00 a 17:50 horas
- **Martes y jueves**
  - de 16:00 a 16:50 horas
  - de 17:00 a 17:50 horas

#### ➤ **PABELLÓN POLIDEPORTIVO MUNICIPAL DE "CUETO"**

- Lunes y miércoles de 09:30 a 10:30 horas

#### ➤ **COMPLEJO DEPORTIVO MUNICIPAL "RUTH BEITIA"**

- (Edificio Piscina Municipal cubierta – Sala Fitness 1)
- **Martes y jueves** de 09:30 a 10:30 horas

### **Preinscripción:**

- **1º trimestre:** Del 16 al 22 de septiembre de 2025
- **2º trimestre:** Del 9 al 15 de diciembre de 2025
- **3º trimestre:** Del 9 al 16 de marzo de 2026

### **Cuota octubre-diciembre 2025**

- Empadronados: 42 € - No Empadronados: 50 €

### **Duración:** Cursos trimestrales, 2 horas semanales. De octubre a junio

### **Edad:** A partir de 17 años

### **\* A partir de enero se aplicarán las tasas de 2026**

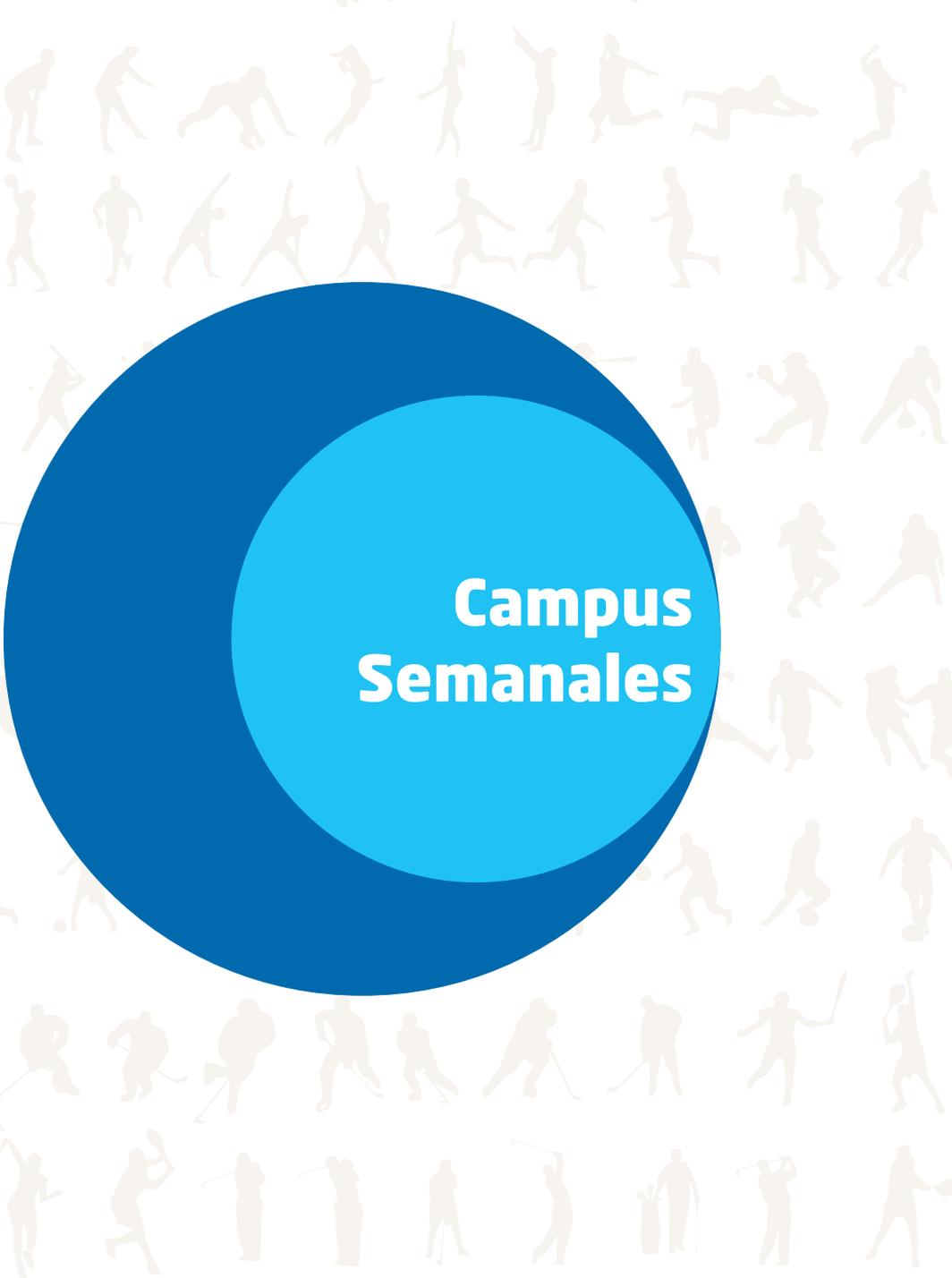
### **\* Obligatorio llevar toalla**

**VELA**

**SEDE Y HORARIOS**

➤ **C.E.A.R. DE VELA "PRÍNCIPE FELIPE"**  
Cursos de iniciación y perfeccionamiento.

□ **Información e inscripciones:** Tfno. 942 226 298 (C.E.A.R. de Vela)  
[cear@riev.es](mailto:cear@riev.es)

The background of the entire page is a repeating pattern of light gray silhouettes of various sports figures in action, including basketball players, soccer players, tennis players, and others. In the center, there are two overlapping circles: a larger dark blue circle on the left and a smaller, lighter blue circle on the right. The text is centered within the lighter blue circle.

# Campus Semanales

## CAMPUS SEMANALES

DEL 27 AL 31 DE OCTUBRE DE 2025

### MULTIDEPORTE

**INSTALACIONES:** Complejo Deportivo Municipal "Ruth Beitia"

**HORARIO:** De lunes a viernes, de 10:00 a 14:00 horas

**ACTIVIDADES:** Fútbol, atletismo, hockey, baloncesto, bádminton, tchoukball, pádel, tenis, balonmano y juegos

**INCLUYE:** Ludoteca en el Pabellón de Patinaje (opcional, previa reserva de plaza y elección de horario de entrada a la misma)

- **Turno de entrada:** a las 8,00 horas
- **Turno de entrada:** a las 9,00 horas

**N.º MÍNIMO ALUMNOS:** 20

**N.º MÁXIMO ALUMNOS:** 75

- Edad:** De 6 a 16 años
- Cuota:** Empadronados: 45 €uros – No Empadronados: 60 €uros
- Inscripción:** Del 13 al 22 de octubre de 2025

### MINIMULTIDEPORTE

**INSTALACIONES:** Complejo Deportivo Municipal "Ruth Beitia"

**HORARIO:** De lunes a viernes, de 10:00 a 14:00 horas

**ACTIVIDADES:** Fútbol, atletismo, hockey, baloncesto, petanca, deportes alternativos y juegos

**INCLUYE:** Ludoteca en el Pabellón de Patinaje (opcional, previa reserva de plaza y elección de horario de entrada a la misma)

- **Turno de entrada:** a las 8,00 horas
- **Turno de entrada:** a las 9,00 horas

**N.º MÍNIMO ALUMNOS:** 15

**N.º MÁXIMO ALUMNOS:** 30

- Edad:** De 3 a 5 años
- Cuota:** Empadronados: 45 €uros – No Empadronados: 60 €uros
- Inscripción:** Del 13 al 22 de octubre de 2025

DEL 16 AL 20 DE FEBRERO DE 2026

### **MULTIDEPORTE**

**INSTALACIONES:** Complejo Deportivo Municipal "Ruth Beitía"

**HORARIO:** De lunes a viernes, de 10:00 a 14:00 horas

**ACTIVIDADES:** Fútbol, atletismo, hockey, baloncesto, bádminton, tchoukball, pádel, tenis, balonmano y juegos

**INCLUYE:** Ludoteca en el Pabellón de Patinaje (opcional, previa reserva de plaza y elección de horario de entrada a la misma)

- o **Turno de entrada:** a las 8,00 horas
- o **Turno de entrada:** a las 9,00 horas

**N.º MÍNIMO ALUMNOS:** 20

**N.º MÁXIMO ALUMNOS:** 75

- Edad:** De 6 a 16 años
- Cuota:** Empadronados: 45 €uros – No Empadronados: 60 €uros
- Inscripción:** Del 2 al 11 de febrero de 2026

### **MINIMULTIDEPORTE**

**INSTALACIONES:** Complejo Deportivo Municipal "Ruth Beitía"

**HORARIO:** De lunes a viernes, de 10:00 a 14:00 horas

**ACTIVIDADES:** Fútbol, atletismo, hockey, baloncesto, petanca, deportes alternativos y juegos

**INCLUYE:** Ludoteca en el Pabellón de Patinaje (opcional, previa reserva de plaza y elección de horario de entrada a la misma)

- o **Turno de entrada:** a las 8,00 horas
- o **Turno de entrada:** a las 9,00 horas

**N.º MÍNIMO ALUMNOS:** 15

**N.º MÁXIMO ALUMNOS:** 30

- Edad:** De 3 a 5 años
- Cuota:** Empadronados: 45 €uros – No Empadronados: 60 €uros
- Inscripción:** Del 2 al 11 de febrero de 2026

## INFORMACIÓN E INSCRIPCIONES

[www.santanderdeportes.com](http://www.santanderdeportes.com)  
[escuelasdeportivas@santander.es](mailto:escuelasdeportivas@santander.es)

Tlf.: **942 203 176 / 942 200 800** ext.1  
Dpto. Escuelas Deportivas Municipales

Horario de lunes a jueves:  
08:00 a 14:00 h. y 17:00 a 19:00 h.  
Viernes de 08:00 a 14:30 h.