

# ikastaroak

## PILATES

### ARRANKUDIAGAN-ELEXALDEN-

#### URRIAREN 1etik ABENDUAREN 23ra

- **ASTELEHENETAN eta ASTEAZKENETAN: GOIZEZ, 9:30etik 10:30era edo 10:30etik 11:30era**
- **ASTEARTETAN eta OSTEGUNETAN: ARRATSALDEZ, 6:00etatik 7:00etara edo 7:00etatik 8:00etara**

### ZOLLON

#### URRIAREN 1etik ABENDUAREN 22ra

- **ASTEARTETAN eta OSTEGUNETAN: ARRATSALDEZ, 6:30etik 7:30era**
- **PREZIOA: 45,00 € (60,00 euro errolatu gabekoek)**

### ARRANKUDIAGA-ELEXALDE-

Del 1 de OCTUBRE al 23 de DICIEMBRE

- **LUNES y MIÉRCOLES: de 9:30 a 10:30 y de 10:30 a 11:30 de la MAÑANA.**
- **MARTES y JUEVES: de 6:00 a 7:00 y de 7:00 a 8:00 de la TARDE.**

### ZOLLO

Del 1 de OCTUBRE al 22 de DICIEMBRE

- **MARTES y JUEVES: de 6:30 a 7:30 de la TARDE.**
- **PREZIOA: 45,00 € (60,00 € no empadronadas)**

## ARETO DANTZAK / BAILES de SALÓN

### URRIAREN 5etik ABENDUAREN 21era (ASTELEHENETAN)

#### ILUNTZEKO 9:00etatik 10:30era

**PREZIOA: 45,00 € (60,00 euro errolatu gabekoek)**

Del 5 de OCTUBRE al 21 de DICIEMBRE. Los LUNES

De 9:00 a 10:30 de la TARDE

**PREZIOA: 45,00 € (60,00 € no empadronadas)**

## JOSKINTZA / COSTURA

### URRIAREN 2tik ABENDUAREN 23ra

- **ASTELEHENETAN: Arratsaldeko 5:00etatik 7:00etara**
- **ASTEAZKENETAN: Goizeko 9:30etik 11:30era**
- **ASTEAZKENETAN: Arratsaldeko 5:00etatik 7:00etara**
- **OSTIRALETAN: Arratsaldeko 5:00etatik 7:00etara**
- **PREZIOA: 45,00 € (60,00 euro errolatu gabekoek)**

Del 2 de OCTUBRE al 23 de DICIEMBRE

- **LUNES: De 5:00 a 7:00 de la tarde**
- **MIÉRCOLES: De 9:30 a 11:30 de la mañana**
- **MIÉRCOLES: De 5:00 a 7:00 de la tarde**
- **VIERNES: De 5:00 a 7:00 de la tarde**
- **PREZIOA: 45,00 € (60,00 € no empadronadas)**

## TALLA

### URRIAREN 1etik ABENDUAREN 22ra

- **ASTEARTETAN eta OSTEGUNETAN: Arratsaldeko 7:00etatik 9:00etara**
- **PREZIOA: 45,00 € (60,00 euro errolatu gabekoek)**

Del 1 de OCTUBRE al 22 de DICIEMBRE

- **Los MARTES y JUEVES: De 7:00 a 9:00 de la tarde**
- **PREZIOA: 45,00 € (60,00 € no empadronadas)**

## LUZATZE-ARIKETAK eta HIPOPRESIBOAK / ESTIRAMIENTOS e HIPOPRESIVOS

### URRIAREN 2tik ABENDUAREN 18ra

- **OSTIRALETAN: Goizeko 9:30etik 10:30era**
- **PREZIOA: 25,00 € (30,00 euro errolatu gabekoek)**
- **PARTE-HARTZAILEEN GEHIENGO KOPURUA: 10**

Del 2 de OCTUBRE al 18 de DICIEMBRE

- **Los VIERNES: De 9:30 a 10:30 de la mañana**
- **PREZIOA: 25,00 € (30,00 € no empadronadas)**

**\*Erroldatutako jubilatu eta langabetuek %50eko deskontua izango dute (egoera horiek justifikatu beharko dira)**

**\*Personas jubiladas y paradas empadronadas tendrán un descuento del 50% (se deberá justificar la situación)**

## COVID-19

- **Ikastaro guztietan bakoitzak bere materiala ekarri beharko du (esterilla, tallarako materiala...)**
- **Segurtasun neurriak: Maskara erabili beharko da eta saioa hasi aurretik eskuak garbitu beharko dira.**
- **Ezin izango da inola ere ez txandaz aldatu, hau da, behin txanda baten izena eman eta gero ezin izango da beste txandetako saioetara joan.**

## COVID-19

- En todos los cursillos cada participante llevará su propio material (esterilla, material para talla...)
- Medidas de seguridad: Uso obligatorio de mascarilla y al inicio de cada sesión se deberá limpiar las manos.
- No se podrá cambiar de turno bajo ningún concepto, es decir, estando apuntada en un turno no se podrá asistir a las sesiones de otros turnos.

**\*IZENA EMATEA UDALETXEAN IZANGO DA (946481712) ETA IZENA EMATEKO EPEA IRAILAREN 28an AMAITUKO DA.**

**\*TALDEA OSATZEKO GUTXIENKO KOPURURIK EZ BADAGO, EZ DA IKASTARORIK EGINGO. ARRANKUDIAGA-ZOLLON ERROLDATUTAKOEK LEHENTASUNA IZANGO DUTE. BEHARREZKOA BADA, ZOZKETA EGINGO DA.**

**\*DIRUA KUTXABANK-eko 2095 0164 29 200006845-2 KONTU KORRONTEAN SARTU BEHAR DA ETA ORDAINAGIRIA UDALETXEAN ENTREGATU (ORDAINKETA, TALDEAK OSATU ONDOREN EGIN BEHARKO DA)**

-LA INSCRIPCIÓN SERÁ EN EL AYUNTAMIENTO (94 6481712) Y EL PLAZO DE INSCRIPCIÓN TERMINARÁ EL 28 DE SEPTIEMBRE.  
-SI NO SE APUNTA UN MÍNIMO DE PERSONAS, NO SE REALIZARÁ EL CURSILLO. EN TODO CASO, TENDRÁN PRIORIDAD LAS PERSONAS EMPADRONADAS EN ARRANKUDIAGA-ZOLLO. SI ES NECESARIO SE HARÁ SORTEO.

- LA CUOTA HAY QUE INGRESARLA EN LA CUENTA 2095 0164 29 200006845-2 DE KUTXABANK Y ENTREGAR EL COMPROBANTE EN EL AYUNTAMIENTO (EL INGRESO SE REALIZARÁ UNA VEZ FORMADOS LOS GRUPOS)

