

**Complejo Deportivo Insular Santa Cruz Ofra: TARIFAS 2012**

		<b>Mañanas (*)</b>		
<b>Abono Individual</b>	<b>Mensual</b>	General	<b>37,00</b>	<b>28,25</b>
		Discapacitados	<b>18,00</b>	<b>13,50</b>
		+ 65 años	<b>18,00</b>	<b>13,50</b>
		- 26 años	<b>25,00</b>	<b>18,75</b>
		- 19 años	<b>18,00</b>	<b>13,50</b>
		- 10 años	<b>10,00</b>	<b>7,50</b>
	<b>Matrícula</b>		<b>6,00</b>	<b>6,00</b>

(\*) Mañanas: el/la abonado/a podrá hacer uso de la instalación de 6:15 a 15:00 h. (de lunes a viernes), de 9:00 a 19:00 h. (sábados) y de 9.00 a 14:00 h. (domingos)

<b>Abono Familiar</b>	<b>Mensual</b>	<b>Padres e hijos</b>	<b>65,00</b>
	<b>Matrícula por familia</b>		<b>8,00</b>



<b>Entradas Puntuales</b>	<b>Día</b>	<b>+ 9 años</b>	<b>5,00</b>
---------------------------	------------	-----------------	-------------

		<b>ABONADO</b>	No Abonados
<b>Alquileres</b>	<b>Tenis</b>	<b>4,00</b>	6,00
	<b>Pádel</b>	<b>10,00</b>	12,00
	<b>Pabellón (uso ancho)</b>	<b>10,00</b>	12,00
	<b>Pabellón (uso largo)</b>	<b>20,00</b>	24,00
	<b>Piscina (calle)</b>	<b>6,00</b>	18,00
	<b>Sala de Actividades Dirigidas</b>	<b>6,00</b>	18,00
	<b>Sala Multiusos</b>	<b>6,00</b>	18,00
	<b>Sala Formación</b>	<b>12,00</b>	36,00

### Cursos de iniciación y perfeccionamiento

	<b>ABONADO</b>	No abonado
<b>Tenis</b>	<b>19,50</b>	39,00
<b>Natación</b>	<b>19,50</b>	39,00
<b>Baloncesto</b>	<b>17,50</b>	35,00
<b>Bádminton</b>	<b>17,50</b>	35,00
<b>Pádel</b>	<b>17,50</b>	35,00



#### Nota:

Los cursos son generalmente mensuales a razón de dos horas semanales.

### Actividades físicas (cursos reducidos)

	<b>ABONADO</b>	No abonado
<b>Pilates</b>	<b>25,00</b>	50,00

#### Nota:

Los cursos son generalmente mensuales a razón de dos horas semanales.

### Servicios de Fisioterapia

	<b>ABONADO</b>	No abonado
Reconocimiento y asesoramiento fisio deportivo	<b>9,00</b>	12,00
Primera consulta + Tratamiento	<b>27,00</b>	36,00
Consulta	<b>18,00</b>	24,00
Sesión de fisioterapia	<b>21,00</b>	28,00
Masaje (30 minutos)	<b>13,50</b>	18,00
Masaje ( 1 hora)	<b>24,00</b>	32,00
Escuela de Espalda	<b>18,00</b>	24,00
Drenaje Linfático	<b>22,50</b>	30,00
Orientación sobre nutrición	<b>15,00</b>	20,00
Incontinencia Urinaria	<b>15,00</b>	20,00
Masaje facial	<b>13,50</b>	18,00
Manipulaciones	<b>13,50</b>	18,00
Programa de estiramientos	<b>11,25</b>	15,00

### Servicios de Nutrición

	<b>ABONADO</b>	No abonado
Consulta nutricional	<b>18,00</b>	24,00
Asesoramiento dietético (2 sesiones)	<b>27,00</b>	36,00
Seguimiento y control	<b>10,00</b>	13,50

### Entrenamiento integral

	<b>ABONADO</b>	No abonado
6 sesiones (recogidas de datos, plan entrenamiento, plan nutricional, tratamiento fisioterapia y seguimiento)	<b>108,00</b>	145,00

