

EL BOALO,
CERCEDA Y
MATAELPINO

ACTIVIDADES

MUNICIPALES

CULTURALES Y

DEPORTIVAS

2025-2026



AYUNTAMIENTO
EL BOALO•CERCEDA•MATAELPINO



NORMAS GENERALES

Localidad

Lugar

Días

Horario*

El Boalo	Ayuntamiento	Lunes a Viernes	09:00-14:00
	Casa Cultura	Lunes a Viernes	17:00-21:00
Cerceda	Edificio Administrativo	Lunes a Viernes	09:00-14:00
Mataelpino	Edificio Administrativo	Lunes a Viernes	09:00-14:00

* horarios sujetos a posibles modificaciones por necesidades del servicio

La inscripción a una actividad implica el ALTA POR TODO EL CURSO 2025-2026, salvo que se notifique la baja por el procedimiento establecido.

Actividades sujetas a posibles modificaciones o suspensión según normativa sanitaria vigente en cada momento.

Podrán pasar a ser semipresenciales u online si la situación sanitaria lo requiriera y siempre que la actividad se pueda realizar en estos formatos.

- Para altas y renovaciones hay que estar al corriente de pago.
- Las inscripciones realizadas al finalizar el curso pasado suponen la formalización de la plaza para el curso 2025-2026, teniendo prioridad antiguos alumnos.
- Si la actividad tiene lista de espera, la falta injustificada a más de un 60% de las clases podría causar la baja de oficio del alumno/a, concediéndose la plaza liberada a la primera persona de la lista de espera.
- Es obligatorio notificar la ausencia a clase.
- No se permitirán cambios de grupo que no sean comunicados por registro y autorizados por los docentes.

NORMAS GENERALES

- Las actividades que al inicio de curso tengan un número de inscripciones inferior a 8, serán evaluadas por Docente y Concejalía. Se confirmará la idoneidad para iniciarla o no (se informará al alumnado). Una vez comenzado, en el caso de que llegará a tener menos de 8 personas, esa actividad será evaluada de nuevo su continuidad.
- El pago de las cuotas de las actividades se efectuará **MENSUALMENTE** mediante domiciliación bancaria del 1 al 5 de cada mes.
- El impago reiterado de alguna cuota supondrá la baja de todas las actividades.
- **Si la actividad tuviera que cambiar de formato a semipresencial u online debido a medidas sanitarias, se mantendrá la cuota.**
- La matrícula tiene un coste único de 10€, que será girada por domiciliación bancaria desde el Ayuntamiento, por gastos de gestión y en ningún caso será devuelta, si se inicia la actividad.
- Las clases de Escuela de Música están adaptadas a personas con **necesidades especiales**.
- **Las personas no empadronadas en el municipio abonarán 5 euros más por mes y actividad.**
- Las personas mayores de 65 años o pensionistas **empadronadas**, tienen un precio reducido de 4 euros en la actividad de gimnasia de mantenimiento para mayores y un 50% de descuento en el resto de las actividades culturales o deportivas siempre que lo acrediten adjuntando la tarjeta de pensionista o el DNI en la solicitud de inscripción. De no ser así, se les aplicará el precio de adulto. Este descuento del 50% en las mismas condiciones también será aplicable a las personas con un grado de discapacidad mayor del 33%, acreditando la tarjeta de discapacidad

Actividad

Inicio

Fin

Culturales	15 Septiembre	15 Junio	Infantiles
Educación		30 Junio	Adultos
Deportivas			
Mayores			

NORMAS GENERALES

- Serán días no lectivos las vacaciones escolares de Navidad y Semana Santa, así como las fiestas patronales en cada pueblo. (Ejemplo: Si la actividad se desarrolla en Cerceda, no habrá clase si coincide con la fiesta de Cerceda), así mismo en El Boalo y en Mataelpino.
- Las clases suspendidas por este motivo, así como por causas climatológicas o por indisponibilidad del profesorado no serán recuperadas.

EL CALENDARIO, HORARIOS Y GRUPOS, ESTÁN SUJETOS A LAS MODIFICACIONES QUE CONSIDEREN OPORTUNAS LAS AREAS DE CULTURA, DEPORTES, EDUCACIÓN Y MAYORES

ÍNDICE ACTIVIDADES

CLUBES DEPORTIVOS

AIKIDO

ESCUELA DE FÚTBOL CERCEDA CLUB DE FUTBOL

CLUB TRIATLÓN DEPORTE SIN LÍMITE

CLUB BADMINTON EL BOALO

CULTURA

ARTES DECORATIVAS 

BAILES DE SALÓN

CERÁMICA

CIRCULO DE HOMBRES

GLOWN

CLUB DE LECTURA INFANTIL

COSTURA: TEJIENDO EL CAMBIO

DANCE AND PLAY

DANZA ESPAÑOLA - BALLET

DANZA FCBD (r) STYLE 

DANZA ORIENTAL 

DANZA TRIBAL 

ESCUELA DE ESPALDA, AUTOCONCIENCIA 

EXPRESIÓN PLÁSTICA

FLAMENCO

GRUPO TEATRO CARMEN MARTÍN GAITE

PINTURA

PINTURA: DIBUJO, ILUSTRACIÓN, CÓMIC

TEATRO PARA LA INFANCIA

TEJER A DOS AGUJAS 

TÉCNICAS DE RELAJACIÓN Y PROFUNDIZACIÓN EN EL YOGA

SEVILLANAS

ESCUELA DE MÚSICA:

CONJUNTOS MUSICALES

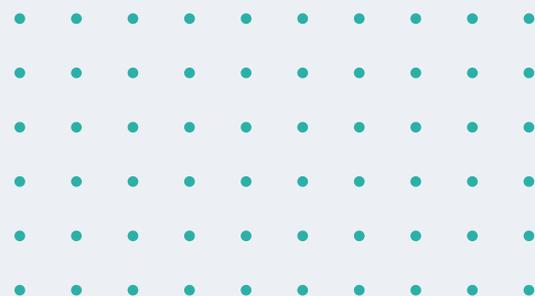
CORO

INSTRUMENTOS

LENGUAJE MUSICAL

MÚSICA Y MOVIMIENTO

MUSICALES 



ÍNDICE ACTIVIDADES

DEPORTES

BONOS DEPORTIVOS

BÁDMINTON

BALONCESTO

COMBO

FÚTBOL SALA

GIMNASIA ADULTOS

GIMNASIA DE MAYORES

GIMNASIO

GIMNASIA RÍTMICA

KÁRATE

PÁDEL, DEPORTE DE RAQUETA

PATINAJE

PILATES

SPINNING

CLASES COLECTIVAS VIRTUALES (HIT, SPINNING, BODY

COMBAT, BAILE ACTIVO)

EDUCACIÓN

CLASES DE ESPAÑOL PARA EXTREANJEROS

CLASES DE REFUERZO ACADEMICO

INGLES

TARDES DE DEBERES



ÍNDICE ACTIVIDADES

MAYORES

BIODANZA

CHI-KUNG

ENTORNO DIGITAL

ESCUELA DE ESPALDA, AUTOCONCIENCIA Y RELAJACION **NEW**

HATHA YOGA PARA MAYORES

INGLÉS MAYORES **NEW**

MANUALIDADES

MASAJE

MEMORIA

MEMORIA EN EL MEDIO NATURAL

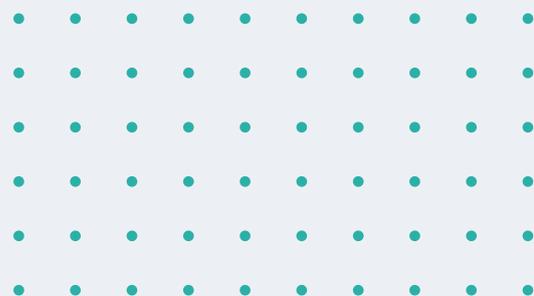
MUSICOTERAPIA **NEW**

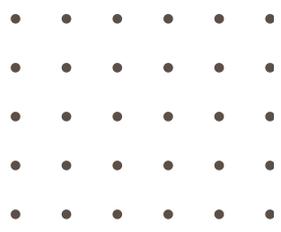
PUNTO Y GANCHILLO

SENDERISMO

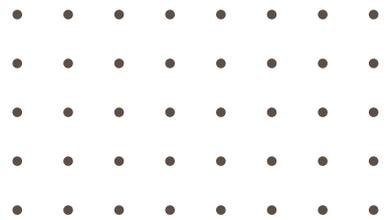
TALLER: ESCRIBIR **NEW** A SANAR

TALLER DE RADIO TEATRO **NEW**





CLUBES DEPORTIVOS



AIKIDO

Contacto: clubaikidohanami@gmail.com
tlf:652431183

Nombre	Edad	Día	Horario	Lugar	Precio
Aikido	Infantil	Martes y Jueves	17:00-18:00	Gimnasio Municipal	35€
	>12 años Jóvenes-adultos		18:00-19:00		40€ Cadetes

ESCUELA DE FÚTBOL CERCEDA CF

Contacto: 635817423 (Sergio)

*Cuota anual

Nombre	Código	Edad	Día	Horario	Lugar	Cuota*	Matrícula
F-7	Babys	2020-2021	Lunes y Miércoles	17:00-18:00	Campo Fútbol Cerceda	230€	20€
	Prebenjamín	2018-2019				280€	
	Benjamín	2016-2017		18:00-19:00			
F-11	Alevín	2014-2015	Martes y Jueves O Lunes y Miércoles	17:30-19:00	Campo Fútbol Cerceda	380€	20€
	Infantil	2012-2013	Lunes y Miércoles				
	Gadete	2010-2011	Martes y Jueves	19:00-20:30 17:30-19:00			
	Juvenil	2007-2009	Viernes				

CLUB BÁDMINTON BCM

Contacto: club.bocema@gmail.com

Teléfono: 666 45 39 91

Nombre	Grupo	Edad	Día	Horario	Lugar	Cuota*	Plazas
BÁDMINTON	Jóvenes-adultos		Lunes y Miércoles	21:00 a 22:30	Pabellón El Boalo	40€/AÑO	

** DESCUENTOS DEL 50% SEGUNDO MIEMBRO UNIDAD FAMILIAR E INSCRIPCIONES MITAD TEMPORADA

TRIATLÓN

Contacto: sinlimite00@gmail.com

Teléfono: 670 234 839

* PRECIO NO EMPADRONADO AÑADIR 5 €

MATRÍCULA 20€

Nombre	Grupo	Edad	Día	Horario	Lugar	Cuota*	Plazas
Iniciación Triatlón/duatlón/MTB	Benjamín-Infantil	6-13	Lunes Miércoles Viernes Sábado	17:00-18:15	Cerceda CDV	40€	25
Triatlón Avanzado	Cadete/juvenil/junior	+14	Lunes Miércoles Jueves Viernes Sábado	18:00-19:00	Cerceda CAV	45€	
Triatlón	Adulto	Adulto	Entrenamiento personal	Según disponibilidad			50€
Duatlón/Rutas MTB	Según grupo	Infantil/junior	Lunes Jueves Sábado	Tardes mañanas	Cerceda	35€	
Acuatlón			Lunes Miércoles Viernes	Tardes	Cerceda CAV	40€	

ACTIVIDADES
DEPORTE



BONOS DEPORTIVOS

Empadronados

25€ /10 sesiones

No empadronados

35€ /10 sesiones

CONDICIONES:

- Se podrá acceder a cualquier actividad del Libro de Actividades deportivas para ADULTOS siempre que haya plazas disponibles ese día.
- Tendrán prioridad los/as alumnos/as previamente matriculados en el curso.
- La persona responsable marcará la clase utilizada en el bono.
- Los bonos solo tienen validez para el curso deportivo 2025-2026

¿No puedes asistir en el horario de la clase habitualmente?
¿Quieres probar la actividad antes de apuntarte?

BÁDMINTON

Nombre	Código	Edad	Día	Horario	Lugar	Precio	Plazas
Iniciación	BAD1	Por niveles 2018-2010	Lunes y Miércoles	17:00-18:00	Pabellón de El Boalo	14€	15/grupo
Intermedio	BAD2			18:00-19:00			
Avanzado 1	BAD3			19:00-20:00			
Avanzado 2	BAD4			20:00-21:00			

Deporte de raqueta donde a diferencia de otros deportes de raqueta no se juega con pelota, sino con volante.

La actividad se realizará en el pabellón deportivo de El Boalo. Los grupos están divididos en función del año de nacimiento de los/as alumnos/as. Desde nacidos en el 2016 y anteriores.



BALONCESTO

Código	Edad	Día	Horario	Lugar	Precio	Plazas
BAL1	2016-2018	Lunes Miércoles	17:00-18:00	Pabellón de El Boalo	14€	15/grupo
BAL2	2014-2015		18:00-19:00			
BAL3	2012-2013		19:00-20:00			
BAL4	2010-2011		20:00-21:00			

Las dimensiones del terreno de juego, la altura de los aros, el tamaño de los tableros y el diámetro y peso de los balones están adaptados a la edad.

La actividad se realizará en el pabellón deportivo de El Boalo. Los grupos están divididos en función del año de nacimiento de los alumnos.

Los grupos de competición para las salidas más lejanas dispondrán de desplazamiento en autobús.



IMPACTO TOTAL VIRTUAL (BODY COMBAT)

Código	Edad	Día	Horario	Lugar	Precio	Plazas
BOC1	>16	Lunes y Miércoles	20:00-21:00	Gimnasio Municipal	** GRATIS	10

**A esta actividad se podrá acceder gratuitamente con la inscripción al gimnasio

Un entrenamiento dinámico que combina movimientos de boxeo, kickboxing y entrenamiento funcional para poner a prueba tu resistencia y coordinación. Golpea, salta y muévete con intensidad mientras trabajas todo el cuerpo. Mejora tu fuerza, quema calorías y siente la adrenalina de superar tus límites en cada sesión.



COMBO

Código	Edad	Día	Horario	Lugar	Precio	Plazas
COM1	>16	Martes y Jueves	09:30-10:30	Gimnasio Municipal	14€	12
COM2			20:00-21:00			

Son clases que combinan dos o más actividades fitness (aerobic, step...) en una sesión. El combo permite conseguir un entrenamiento full-body en un corto período de tiempo. Las clases integran el entrenamiento de fuerza, flexibilidad y trabajo cardiovascular.



POTENCIA MÁXIMA VIRTUAL (HIT)

Facilita Código Edad Día Horario Lugar Precio Plazas

Código	Edad	Día	Horario	Lugar	Precio	Plazas
HIT1	>16	Martes y Jueves	19:00-19:30	Gimnasio Municipal	** GRATIS	10
HIT2	>16	VIERNES	9:30 - 10:00	Gimnasio Municipal	** GRATIS	10
HIT3	>16	VIERNES	10:30-11:00	Gimnasio Municipal	** GRATIS	10

**A esta actividad se podrá acceder gratuitamente con la inscripción al gimnasio

Supera tus límites con un entrenamiento explosivo de intervalos de alta intensidad. Combina ejercicios diseñados para resultados rápidos, la motivación de un entrenador y música que te impulsa a darlo todo. Quema calorías, gana fuerza y alcanza tu mejor versión en tiempo récord.



BAILE ACTIVO VIRTUAL

Código	Edad	Día	Horario	Lugar	Precio	Plazas
BAV1	>16	Martes y Jueves	18:00-18:45	Gimnasio Municipal	** GRATIS	12

**A esta actividad se podrá acceder gratuitamente con la inscripción al gimnasio

Muévete al compás de la música mientras fortaleces tu cuerpo y mejoras tu condición física. Esta experiencia de baile fitness combina pasos divertidos con rutinas llenas de energía para aumentar tu resistencia, quemar calorías y dejarte con una sonrisa de principio a fin.



SPINNING VIRTUAL

Código	Edad	Día	Horario	Lugar	Precio	Plazas
SPI2	>16	LUNES Y MIÉRCOLES	18:00-18:45	GIMNASIO MUNICIPAL	*GRATIS	20
SPI5	>16	VIERNES	18:00-18:45 20:00-20:45	GIMNASIO MUNICIPAL	*GRATIS	20

**A esta actividad se podrá acceder gratuitamente con la inscripción al gimnasio

* JÓVENES CON 16 Y 17 AÑOS BAJO AUTORIZACIÓN DE MADRE, PADRE O TUTOR

El spinning es un ejercicio aeróbico con el que se ejercitan principalmente los músculos del tren inferior: glúteos y piernas, además de otros grupos de músculos asociados haciéndolo un ejercicio muy completo. Ideal para adelgazar y tonificar el cuerpo de forma general.

Se trabaja a intervalos, en sesiones guiadas por un entrenador especializado, basándose en cambios cíclicos de intensidad y velocidad del pedaleo. Se realiza en diferentes fases de un circuito que incluye simulaciones de subidas y bajadas en pendientes, rectas a fondo, planeo, fases de recuperación y desaceleración, etc. El objetivo de este completo programa de ejercicio es trabajar a fondo la fuerza y la resistencia corporal.





FÚTBOL SALA

Nombre	Código	Edad	Día	Horario	Lugar	Precio	Plazas
Prebenjamín Benjamín	FUT1	2016-2018	Martes y Jueves	17:00-18:00	Pabellón El Boalo	14€	15/GRUPO
Alevín	FUT2	2014-2015		18:00-19:00			
Infantil	FUT3	2012-2013		19:00-20:00			
Cadete	FUT4	2010-2011		20:00-21:00			

La actividad se realizará en el pabellón deportivo de El Boalo. Los grupos están divididos en función del año de nacimiento de los alumnos. Los grupos de competición para las salidas más lejanas dispondrán de desplazamiento en autobús.

GIMNASIA ADULTOS

Código	Edad	Día	Horario	Lugar	Precio	Plazas
GIA1	>16	Martes y Jueves	19:00-20:00	Gimnasio Municipal	14€	15

Programa de entrenamiento funcional en el que se trabajan las principales cualidades físicas de la persona. Todo el trabajo se desarrolla de una manera dinámica, sencilla y efectiva. La intensidad del esfuerzo las marcas tú. La música motivante y explosiva será tu aliada en este nuevo reto. Entrenamiento dinámico, exigente y sobre todo muy efectivo y divertido



GIMNASIO

Código

Edad

Día

Horario

Lugar

Precio

Plazas

GNS1	>16*	Lunes a Viernes	09:00-14:00	Gimnasio Municipal	14€	50
GNS2			17:00-21:30			
GNS1 Y GNS2		*Sábados	09:00-14:00			

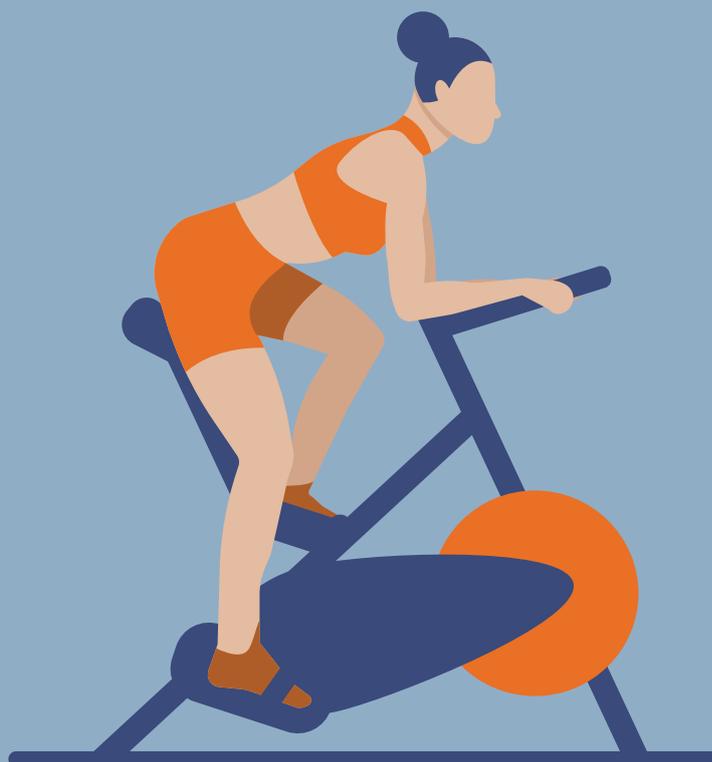
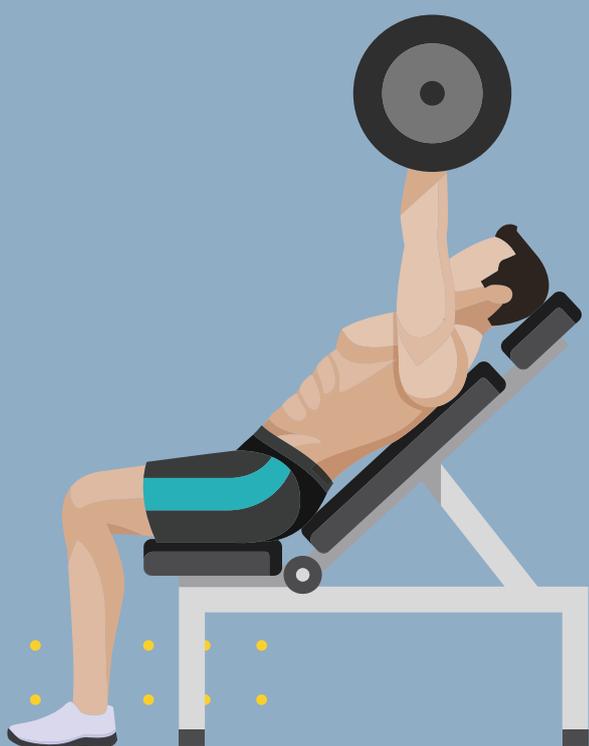
**** SE INFORMARÁN CADA MES DE LOS SÁBADOS DISPONIBLES**

**** JÓVENES CON 16 Y 17 AÑOS BAJO AUTORIZACIÓN DE MADRE, PADRE O TUTOR.**
Disfruta del Gimnasio Municipal situado en la Calle San Sebastián, 23 en El Boalo.

¿Quieres apuntarte al gimnasio o quieres empezar el nuevo curso con un entrenamiento regular que te permita estar en forma? ¿Quieres tenerlo cerca de casa? Contamos con diversas máquinas (banco-press, prensa de piernas, paralelas, peck deck, dorsalera...). Recuerda que, para comenzar, las máquinas pueden ser de mucha ayuda al servir de guía para los movimientos y de soporte para que adoptemos una buena postura.

En el gimnasio también realizaremos multitud de actividades a las que te podrás matricular o disfrutar de clases sueltas a través de los bonos. Se diseñarán programas en función del nivel.

¡¡ESTE AÑO TAMBIÉN CLASES VIRTUALES!!



GIMNASIA RÍTMICA

Grupo	Código	Edad	Día	Horario	Lugar	Precio	Plazas
Infantil	RIT1	Por nivel	A determinar con el profesor	16:00-17:00	Pabellón de El Boalo	21€	A DETERMINAR X PROFESOR
Escuela	RIT2		A determinar con el profesor	17:30-18:30		14€	
Benjamín escuela	RIT3			16:30-17:30			
Alevín	RIT4		A determinar con el profesor	18:30-19:30		21€	
Cadete Juvenil	RIT5			19:30-20:30			

Disciplina deportiva que combina elementos de ballet, gimnasia y danza, así como el uso de diversos aparatos como la cuerda, el aro, la pelota, las mazas y la cinta. La gimnasia rítmica desarrolla la armonía, la gracia y la belleza en movimientos creativos, traducidos en expresiones personales a través de la combinación musical, teatral y técnica, que transmite, principalmente, satisfacción estética a los espectadores. Desde nacidos en el 2017 y anteriores.



KÁRATE

Código	Edad	Día	Horario	Lugar	Precio	Plazas
KAR1	Por nivel	Lunes Miércoles	17:00-18:00	Gimnasio Municipal	14€	15/GRUPO
KAR2			18:00-19:00			

Ayuda a los niños a desarrollar un equilibrio entre la mente y el cuerpo para así obtener una mejor evolución en su desarrollo psicomotor, valorando la tolerancia y la responsabilidad, en su comportamiento general, lo integra para relacionarse con los demás niños de su edad y a la vez, le ayuda a vencer la timidez, ganando confianza y seguridad en sí mismo. Desde nacidos en el 2016 y anteriores.



SPINNING

Código	Edad	Día	Horario	Lugar	Precio	Plazas
SP11	>16*	Lunes y Miércoles	09:30-10:30	Gimnasio Municipal	14€	18
SP13			19:00-20:00			
SP14		Martes y Jueves	21:15-22:15			

*** JÓVENES CON 16 Y 17 AÑOS BAJO AUTORIZACIÓN DE MADRE, PADRE O TUTOR**

El spinning es un ejercicio aeróbico con el que se ejercitan principalmente los músculos del tren inferior: glúteos y piernas, además de otros grupos de músculos asociados haciéndolo un ejercicio muy completo. Ideal para adelgazar y tonificar el cuerpo de forma general.

Se trabaja a intervalos, en sesiones guiadas por un entrenador especializado, basándose en cambios cíclicos de intensidad y velocidad del pedaleo. Se realiza en diferentes fases de un circuito que incluye simulaciones de subidas y bajadas en pendientes, rectas a fondo, planeo, fases de recuperación y desaceleración, etc. El objetivo de este completo programa de ejercicio es trabajar a fondo la fuerza y la resistencia corporal.



PÁDEL, DEPORTE DE RAQUETA

Código	Edad	Día	Horario	Lugar	Precio
PAD1	2008-2015	Martes Jueves	16:00-17:00	Pabellón Indoor Cerceda	20€
PAD2			17:00-18:00		
PAD3			18:00-19:00		



PATINAJE

Código	Edad	Día	Horario	Lugar	Precio	Plazas
PAT1	Por nivel	Viernes	17:00-18:00	Pista Cubierta Cerceda	7€	15
PAT2			18:00-19:00			
PAT3			19:00-20:00			

Los grupos estarán organizados según edad, nivel y dinámica, para que el aprovechamiento a nivel social y deportivo sea óptimo.

Ideal para todos aquellos que se inicien en el patinaje o que quieran mejorar su técnica, en estos grupos encontrará una fórmula que aúna el juego y los amigos, con el deporte y el aprendizaje de las técnicas de patinaje desde las más básicas (como frenar en taco, girar...) hasta las más avanzadas (conos, saltos...). Actividad también para adultos.

Desde nacidos en el 2018 y anteriores.

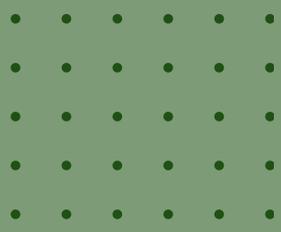


PILATES

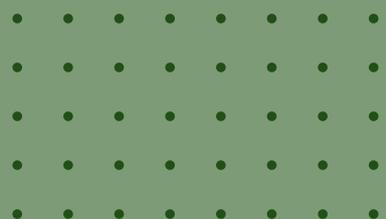
Código	Edad	Día	Horario	Lugar	Precio	Plazas
PIL2	>16	Lunes y Miércoles	19:00-20:00	Gimnasio Municipal	14€	15
PIL3			21:00-22:00			
PIL4		Martes y Jueves	20:00-21:00			
PIL5		Lunes y Miércoles				

El método Pilates se centra en el desarrollo de los músculos internos para mantener el equilibrio corporal y dar estabilidad y firmeza a la columna vertebral, por lo que es muy usado como terapia en rehabilitación y para, por ejemplo, prevenir y curar el dolor.





ACTIVIDADES **MAYORES**



GIMNASIA

Facilita	Código	Edad	Día	Horario	Lugar	Precio	Plazas
José	GIM1	>65	Lunes y Miércoles	10:00 - 11:00	CCB	4€	25
	GIM2			12:30-13:30	CCC		25
	GIM3			11:30- 12:30	CCM		25

Actualmente, vivimos en un mundo totalmente globalizado y donde todos nos conectamos con todos y todas. Es por esto que aprender idiomas constituye una gran herramienta a la hora de progresar como estudiante y profesional.



NEW

Facilita

Código

Edad

Día

Horario

Lugar

Precio

Plazas



AYUNTAMIENTO

EL BOALO • CERCEDA • MATAELPINO

