



ANUARIO 2022-2023

SECCIONES DEPORTIVAS / ACTIVIDADES DEPORTIVAS y CULTURALES

U.D.C. Txantrea K.K.E.
Txantrea Kirol eta Kultur Elkartea



U.D.C. Txantrea K.K.E.
Unión Deportiva y Cultural Txantrea

ACTIVIDADES DEPORTIVAS



DISCIPLINAS ORIENTALES

El ejercicio físico suave y consciente es la mejor inversión que podemos hacer para conservar las funciones del cuerpo y la mente a pesar de los años. Una buena salud incluye un equilibrio físico y mental.

YOGA / TAI-CHI - AERO YOGA SIN MATRÍCULA					
ACTIVIDAD	DIAS	HORA	SOCI@S	NO SOCI@S	PAGO
HATHA YOGA	LUNES / MIÉRCOLES	17:00 - 18:00	26'25 €.	34'5 €.	MENSUAL
	LUNES / MIÉRCOLES	19:00 - 20:00	26'25 €.	34'5 €.	
TAI - CHI y CHI KUNG	LUNES / MIÉRCOLES	18:00 - 19:00	26'25 €.	34'5 €.	MENSUAL
PACK YOGA TAICHI	LUNES / MIÉRCOLES	17:00 - 19:00	29 €.	41'5 €.	MENSUAL
	LUNES / MIÉRCOLES	18:00 - 20:00	29 €.	41'5 €.	
AEREO YOGA	JUEVES	18:00 - 19:30	26'25 €.	34'5 €.	MENSUAL

Monitores: **Juanjo Armañanzas** (Hatha Yoga / Tai-chi y Chi Kung) / **Itziar Vicente** (Aero Yoga)

Mínimo de inscritos: **8 personas**

SALA No 1



CURSOS de NATACIÓN

INFANTILES / ALEVÍN INICIACIÓN / ALEVÍN PERFECCIONAMIENTO
BEBÉS HIDROMASAJE / NATACIÓN PARA ADULTOS

CURSOS de NATACIÓN SIN MATRÍCULA						
ACTIVIDAD	EDAD	DIAS	HORA	SOCI@S	NO SOCI@S	PAGO
BEBES HIDROMASAJE	24-36 M	LUNES Y MIÉRCOLES	17:00-17:30	280 €	540 €	AÑO
				120 €	240 €	TRIMESTRE
	12-24 M	VIERNES	16:30-17:00	140 €	270 €	AÑO
				60 €	120 €	TRIMESTRE
	24-36 M	VIERNES	17:00-17:30	140 €	270 €	AÑO
				60 €	120 €	TRIMESTRE
ALEVINES INICIACIÓN	3 a 4	LUNES Y MIÉRCOLES / MARTES Y JUEVES	17:30-18:00	200 €	370 €	AÑO
				90 €	180 €	TRIMESTRE
	3 a 4	VIERNES	17:30-18:00	140 €	240 €	AÑO
				60 €	120 €	TRIMESTRE
ALEVINES PERFECCIONAMIENTO	4 a 5	LUNES Y MIÉRCOLES / MARTES Y JUEVES	18:00-18:30	200 €	370 €	AÑO
				90 €	180 €	TRIMESTRE
	4 a 5	VIERNES	18:00-18:30	140 €	240 €	AÑO
				60 €	120 €	TRIMESTRE
INFANTIL 1	≥ 5	LUNES Y MIÉRCOLES / MARTES Y JUEVES	18:30-19:00	200 €	370 €	AÑO
				90 €	180 €	TRIMESTRE
	≥ 5	VIERNES	18:30-19:00	140 €	240 €	AÑO
				60 €	120 €	TRIMESTRE
INFANTIL 2	≥ 7	LUNES Y MIÉRCOLES / MARTES Y JUEVES	19:00-19:45	264 €	508 €	AÑO
				115 €	230 €	TRIMESTRE
	≥ 7	VIERNES	19:00-19:45	190 €	360 €	AÑO
				80 €	160 €	TRIMESTRE
ADULTOS	≥ 18	LUNES Y MIERCOLES (MULTINIVEL)	16:15-17:00	264 €	508 €	AÑO
				115 €	230 €	TRIMESTRE
	≥ 18	LUNES Y MIERCOLES (INICIACIÓN)	19:45-20:30	264 €	508 €	AÑO
				115 €	230 €	TRIMESTRE
	≥ 18	MARTES Y JUEVES (PERFECCIONAMIENTO)	19:45-20:30	264 €	508 €	AÑO
				115 €	230 €	TRIMESTRE

SELECCIÓN de IDIOMA: **EUSKERA o CASTELLANO (Salvo BEBÉS HIDROMASAJE)**



KICK BOXING & MUAY THAI

El MUAY THAI ó BOXEO TAILANDES es conocido por ser "El arte de las 8 extremidades". Su práctica te enseñará a utilizar de forma fluida tus extremidades para crear combinaciones con los puños, codos, rodillas y todo tipo de patadas.

KICK BOXING & MUAY THAI SIN MATRÍCULA

ACTIVIDAD	DIAS	HORA	SOCI@S	NO SOCI@S	PAGO
A PARTIR de 12 AÑOS	MARTES y JUEVES	18:00 - 19:00	30 €.	41'5 €.	MENSUAL

Monitor: **José Luis Seminario** / Mínimo de inscritos: **8 personas** / SALA No 6



KICKBOX KIDS

Sistema de entrenamiento integral para niños de entre 5 a 12 años. El KICKBOX es una actividad enfocada en desarrollar psicomotricidad y mejorar la condición física a través de dinámicas de entrenamiento funcional, yoga y artes marciales.

KICKBOX KIDS SIN MATRÍCULA

ACTIVIDAD	DIAS	HORA	SOCI@S	NO SOCI@S	PAGO
5 a 12 años	MARTES y JUEVES	17:00 - 18:00	30 €.	37€.	MENSUAL

Monitor: **José Luis Seminario** / Mínimo de inscritos: **8 personas** / SALA No 6



BALLET

A muchos niños y niñas les gusta el ballet ya que el baile es una respuesta instintiva a la necesidad que tenemos los seres humanos de expresar nuestras emociones a través de los movimientos corporales.

BALLET SIN MATRÍCULA

ACTIVIDAD	EDAD	DIAS	HORA	SOCI@S	NO SOCI@S	PAGO
GRUPO - A	ENTRE 4 Y 9 AÑOS	MARTES Y VIERNES	17:30 - 18:30	25 €.	35 €.	MENSUAL

Mínimo de inscritos: **8 personas** / SALA No 1



MULTIACTIVIDAD

PILATES / CROSSTRAINING / SPINNING / HIOPRESIVOS / ESPALDA SANA / GIMNASIA / AQUAGYM
YOGILATES / TONO PUMP / CORE 15' / TRX-CORE / TOTAL BODY / CORE STRETCHING / ZUMBA

LUNES		MARTES		MIÉRCOLES		JUEVES		VIERNES	
9:00 / 9:30	HIOPRESIVOS	9:30 / 10:15	CROSSTRAINING	9:00 / 9:45	PILATES	9:30 / 10:15	CROSSTRAINING	10:15 / 11:00	SPINNING
9:30 / 10:15	PILATES	10:15 / 11:00	SPINNING	9:45 / 10:15	ESPALDA SANA				
10:15 / 10:45	HIOPRESIVOS								
16:15 / 17:00	GIMNASIA	16:15 / 17:15	AQUAGYM	16:15 / 17:00	GIMNASIA	16:15 / 17:15	AQUAGYM		
17:00 / 17:30	HIOPRESIVOS	17:15 / 18:00	SPINNING	17:00 / 17:30	HIOPRESIVOS	17:15 / 18:00	SPINNING		
						17:00 / 18:00	YOGILATES		
17:30 / 18:15	CROSSTRAINING	18:00 / 18:45	TONO PUMP	17:30 / 18:15	CROSSTRAINING	18:00 / 18:45	TONO PUMP		
18:15 / 18:30	CORE 15'	18:45 / 19:15	TRX / CORE	18:15 / 18:30	CORE 15'	18:45 / 19:15	TRX / CORE		
18:30 / 19:15	SPINNING			18:30 / 19:15	SPINNING				
19:15 / 20:00	TOTAL BODY			19:15 / 20:00	TOTAL BODY				
20:00 / 20:30	CORE STRETCHING	19:15 / 20:00	PILATES	20:00 / 20:30	CORE STRETCHING	19:15 / 20:00	PILATES		
		20:00 / 20:30	ESPALDA SANA			20:00 / 20:30	ESPALDA SANA		
		20:00 / 21:00	ZUMBA						

Precio **Socios/as: 30 Euros /mes**

Precio **No Socios/as: 41'5 Euros / mes**

SIN MATRÍCULA

Coordinador Deportivo: **Andoni Jaca**

SALA No 2 (Salvo SPINNING en SALA No 3)



MULTIACTIVIDAD + YOGA

Precio mes: 50€. soci@s / 70€. no soci@s



MULTIACTIVIDAD + KICK BOXING

Precio mes: 50€. soci@s / 70€. no soci@s

ACTIVIDADES CULTURALES



HISTORIA de NAVARRA

¿Qué sabemos? ¿Qué podemos saber? ¿Qué no sabremos nunca? En este curso conoceremos las menciones que se hacen sobre Navarra en la antigüedad, su territorialidad, fechas clave y los hechos más conocidos, nuestras costumbres más ancestrales y las más ricas reflexiones y claves.

HISTORIA de NAVARRA SIN MATRÍCULA					
ACTIVIDAD	DIAS	HORA	SOCI@S	NO SOCI@S	PAGO
GRUPO - A - HISTORIA DE NAVARRA	MARTES	17:00 - 18:30	20 €.	25 €.	MENSUAL
	JUEVES	12:00 - 13:30	20 €.	30 €.	
GRUPO - B - HISTORIA CONTEMPORANEA	MIÉRCOLES	10:00 - 11:30	20 €.	30 €.	MENSUAL

Profesor: **Erlantz Urtasun** / Mínimo de inscritos: **8 personas**



CURSO de EUSKARA

El euskara, el idioma de los vascos, es la lengua viva más antigua de Europa. Esta afirmación la ratifica la mayor parte de los lingüistas, expertos e investigadores. Un idioma vivo y antiquísimo cuyo origen, hoy por hoy, aún se desconoce.

EUSKARA SIN MATRÍCULA					
ACTIVIDAD	DIAS	HORA	SOCI@S	NO SOCI@S	PAGO
GRUPO - A - Iniciación	MARTES	10:00 - 12:00	20 €.	30 €.	MENSUAL
GRUPO - B - Perfeccionamiento	LUNES	10:00 - 12:00	20 €.	30 €.	MENSUAL

Profesor: **Blanki Monreal** / Mínimo de inscritos: **8 personas**



NORMATIVA ACTIVIDADES DEPORTIVAS Y CULTURALES

01. INSCRIPCIONES

PARA SOCI@S: a partir del 13 de junio hasta el 28 de junio. Mediante APP, Web, o de forma presencial en oficinas.

PARA USUARIOS/AS NO SOCI@S CON ACCESO APP: del 20 al 28 de junio. Mediante APP, Web, o de forma presencial en oficinas.

PARA NO SOCI@S: del 20 al 28 de junio. Mediante Web, o de forma presencial en las oficinas. No se admitirán inscripciones realizadas de otra manera. En todas las actividades, la inscripción es para el curso completo.

02. FORMAS DE PAGO

Mediante la APP, se podrá pagar con tarjeta en el momento de la inscripción o dejar el pago pendiente para que sea cobrado directamente en el número de cuenta. Si finalmente la plaza no es adjudicada, se devolverá el importe abonado.

El resto de inscripciones no abonadas se cobrarán directamente en el número de cuenta una vez sea adjudicada la plaza.

El pago será trimestral o anual. Independientemente de la forma de pago elegida, la inscripción es para el curso completo.

03. SELECCIÓN

Cuando no haya plazas suficientes en alguna de las actividades ofertadas la adjudicación de plaza será por sorteo siguiendo los siguientes criterios de prioridad:

En la inscripción tendrán preferencia las personas socias.

En los grupos en los que la demanda sea mayor que la oferta, la asignación de plazas será por sorteo.

04. LISTAS DEFINITIVAS

Las listas definitivas se harán públicas el DÍA 29 DE junio y podrán ser consultadas a través del tablón de anuncios o visitando nuestra WEB: www.udctxantreakke.com

Una vez expuestas las listas definitivas, pasarán automáticamente a ser inscripciones firmes. Las personas inscritas que no vayan a hacer uso de alguna de las actividades que les hayan sido adjudicadas tendrán que comunicarlo en oficinas antes del jueves 30 de junio. En caso contrario se generarán los recibos bancarios correspondientes al curso sin derecho a devolución.

05. DERECHO DE PARTICIPACIÓN

Acabado el periodo de inscripción, en caso de quedar plazas libres en alguno de los cursos ofertados, podrán darse nuevas altas.

En el caso de que no hubiera el mínimo de inscripciones, en alguno de los grupos ofertados, se valorará la suspensión de la actividad.

Por razones de organización y programación sólo se podrá devolver el importe del pago efectuado ante justificaciones especiales debidamente documentadas: justificantes médicos, cambios de residencia / empadronamiento, cambios de horarios laborales, etc.



06. NORMATIVA GENERAL

En la inscripción tendrán preferencia las personas socias.

La condición de socio/a debe mantenerse durante la realización completa del curso, en caso contrario deberán abonar la diferencia entre la cuota de socio/a y no socio/a.

Una vez inscrito/a en el curso y realizado el pago, no se devolverá la cantidad abonada.

Para que una actividad salga adelante requerirá de un mínimo de personas inscritas.

Es obligatorio respetar las fechas y forma de inscripción, así como los pagos.

Sólo dispondrán de plaza aquellas personas admitidas y que hayan realizado el pago en las fechas estipuladas.

Las actividades que se ofertan están sujetas a modificaciones y anulaciones de las que se informarán con antelación.

Las bajas han de comunicarse por escrito y han de ser por fuerza mayor. No son válidas las bajas notificadas telefónicamente o verbalmente a los/as monitores/as.

En caso de no ser socio/a de la instalación y se quiera acompañar a la persona menor, el acceso a las mismas se hará con una tarjeta expedida en el Club, llamada carné de acompañante, o equivalente, por la que habrá que abonar la cantidad de 10€. El acceso con dicha tarjeta o equivalente será obligatorio. Un mal uso de la misma conlleva sanciones.

Para acceder a las instalaciones es obligatorio el uso del carnet o equivalente.

SECCIONES DEPORTIVAS



EQUIPO de NATACIÓN

La natación es una actividad sin impactos, rebotes y movimientos bruscos, basado especialmente en la técnica y de manera secundaria en el entrenamiento de la velocidad y la resistencia, por lo tanto se trata de un deporte de autosuperación, que busca medir y mejorar estos aspectos.

EQUIPO NATACIÓN

Matrícula soci@s: 45 €. / No soci@s: 100 €.

ACTIVIDAD	DIAS	HORA	SOCI@S	NO SOCI@S	PAGO
MANTENIMIENTO 1 DÍA	LUNES A VIERNES	19:15 - 21:00	20 €.	25 €.	MENSUAL
BENJAMIN - 9 a 10 años	LUNES, MIÉRCOLES, VIERNES	18:15 - 19:15	28 €.	33 €.	MENSUAL
ALEVINES - 11 a 12 años	MARTES, JUEVES, VIERNES	18:15 - 19:15	28 €.	33 €.	MENSUAL
INFANT / ABSOL ≥ 13 años	LUNES A VIERNES	19:15 - 21:00	33 €.	38 €.	MENSUAL

Inaki Zarzosa

COORDINADOR de SECCIÓN & ENTRENADOR de EQUIPO



BALONMANO

Los deportes de equipo siempre son buenas opciones porque amplían el campo de beneficios al de los valores. En balonmano la generosidad, la solidaridad y la empatía están por encima del individualismo. Un solo jugador no puede hacer nada sin su equipo.

BALONMANO

Matrícula soci@s: 15 €. / No soci@s: 70 €.

EQUIPO	SOCI@S	NO SOCI@S
ALEVIN FEMENINO (8 a 11 años)	190 €.	220 €.
ALEVIN MASCULINO (8 a 11 años)	190 €.	220 €.
INFANTIL FEMENINO (12 a 13 años)	190 €.	220 €.
INFANTIL MASCULINO (12 a 13 años)	190 €.	220 €.
CADETE FEMENINO (14 a 15 años)	190 €.	220 €.
CADETE MASCULINO (14 a 15 años)	190 €.	220 €.
JUVENIL FEMENINO (16 a 17 años)	220 €.	250 €.
JUVENIL MASCULINO (16 a 17 años)	220 €.	250 €.
SENIOR MASCULINO (>18 años)	300 €.	



GIMNASIA RÍTMICA

La gimnasia rítmica conecta a niños y niñas con su propio cuerpo. Con su práctica se corrigen malas posturas, se evitan lesiones y se mejora el equilibrio, además de ayudar a la expresión de sus emociones.

GIMNASIA RÍTMICA

Matrícula soci@s: 15 €. / No soci@s: 70 €.

ACTIVIDAD	DÍAS	HORA	SOCI@S	NO SOCI@S	PAGO
GRUPO A - 6 a 9 años	SÁBADO	10:30 - 12:00	23 €.	26 €.	MENSUAL
GRUPO B - ≥ 9 años	SÁBADO	10:30 - 12:30	30 €.	33 €.	MENSUAL
GRUPO C - ≥ 8 años	LUNES	17:00 - 19:00	34 €.	37 €.	MENSUAL
	MIÉRCOLES	17:00 - 18:00			
GRUPO D - ≥ 12 años	MIÉRCOLES	18:00 - 20:00	36 €.	39 €.	MENSUAL
	VIERNES	17:00 - 19:00			

Monitoras: **Juana Elizondo y Vicky Goñi**

SALA No 6 / Pabellón de Esclavas



PATINAJE

El patinaje es una práctica deportiva que exige una perfecta combinación entre mente y cuerpo, a la vez que una alta coordinación sensorio-motriz que compromete, desarrolla y agudiza el sentido del equilibrio, así como el manejo del espacio.

PATINAJE

Matrícula soci@s: 15 €. / No soci@s: 70 €.

ACTIVIDAD	DIAS	HORA	SOCI@S	NO SOCI@S	PAGO
GRUPO A - ≥ 4 años	LUNES, MIÉRCOLES Y JUEVES	18:00 - 19:30	27 €.	30 €.	MENSUAL
GRUPO B - ≥ 12 años	LUNES, MIÉRCOLES Y JUEVES	19:30 - 21:00	27 €.	30 €.	MENSUAL

Entrenadores: **Eduardo Ascunce, Laura Armendariz, Asier Amillano, y Laura Parra Erice**



TAEKWONDO

El Taekwondo es un sistema de ejercicios corporales y técnicas diseñadas para la autodefensa y el contraataque en un combate sin armas, haciendo tan solo uso de las manos y los pies como armas y defensas.

TAEKWONDO

Matrícula soci@s: 15 €. / No soci@s: 70 €.

ACTIVIDAD	DIAS	HORA	SOCI@S	NO SOCI@S	PAGO
GRUPO A - 5 a 9 años	LUNES Y MIÉRCOLES	18:00 - 19:00	27 €.	30 €.	MENSUAL
GRUPO B - 9 a 13 años	LUNES Y MIÉRCOLES	19:00 - 20:00	27 €.	30 €.	MENSUAL
GRUPO C - Adult@s y mayores de 12 años	LUNES, MIÉRCOLES y JUEVES	19:00 - 21:00	37 €.	40 €.	MENSUAL

Entrenadores: **Maribel Alonso, Jesús García y Yesenia García / SALA No 6**



PELOTA

Este popular deporte se ha mostrado ante las personas competitivas como una de las mejores opciones, no solo por sus altos índices de dificultad, sino también por su entretenido desarrollo, indicado para relajarnos y a la vez alcanzar un estado físico admirable.

PELOTA

Matrícula soci@s: 15 €. / No soci@s: 70 €.

ACTIVIDAD	DIAS	HORA	SOCI@S	NO SOCI@S	PAGO
PELOTA	LUNES Y MIÉRCOLES	17:00 - 19:00	22 €.	27 €.	MENSUAL

Monitores: **Ander Lerga / Edad: de 6 a 16 años**



NORMATIVA DE SECCIONES DEPORTIVAS

01. INSCRIPCIONES

PARA SOCI@S: a partir del 13 de junio hasta el 28 de junio. Mediante APP, Web, o de forma presencial en oficinas.

PARA USUARIOS/AS NO SOCI@S CON ACCESO APP: del 20 al 28 de junio. Mediante APP, Web, o de forma presencial en oficinas.

PARA NO SOCI@S: del 20 al 28 de junio. Mediante Web, o de forma presencial en las oficinas. No se admitirán inscripciones realizadas de otra manera. En todas las actividades, la inscripción es para el curso completo.

02. FORMAS DE PAGO

Mediante la APP, se podrá pagar con tarjeta en el momento de la inscripción o dejar el pago pendiente para que sea cobrado directamente en el número de cuenta. Si finalmente la plaza no es adjudicada, se devolverá el importe abonado.

El resto de inscripciones no abonadas se cobrarán directamente en el número de cuenta una vez sea adjudicada la plaza.

El pago será mensual, trimestral o anual. Independientemente de la forma de pago elegida, la inscripción es para el curso completo.

03. SELECCIÓN

Cuando no haya plazas suficientes en alguna de las actividades ofertadas la adjudicación de plaza será por sorteo siguiendo los siguientes criterios de prioridad: En la inscripción tendrán preferencia las personas socias salvo en las secciones en las que sea necesaria una prueba de acceso.

En los grupos en los que la demanda sea mayor que la oferta, la asignación de plazas será por sorteo.

Para aquellas secciones en las que haga falta una prueba de selección, la adjudicación de plazas será en función de lo que determine la sección.

04. LISTAS DEFINITIVAS

Las listas definitivas se harán públicas el DÍA 29 DE junio y podrán ser consultadas a través del tablón de anuncios o visitando nuestra WEB: www.udctxantreakke.com

Una vez expuestas las listas definitivas, pasarán automáticamente a ser inscripciones firmes. Las personas inscritas que no vayan a hacer uso de alguna de las actividades que les hayan sido adjudicadas tendrán que comunicarlo en oficinas antes del jueves 30 de junio. En caso contrario se generarán los recibos bancarios correspondientes al curso sin derecho a devolución.

No se incluirán las secciones que realicen las inscripciones mediante otro proceso de selección.

05. DERECHO DE PARTICIPACIÓN

Acabado el periodo de inscripción, en caso de quedar plazas libres en alguno de los cursos ofertados, podrán darse nuevas altas, salvo en las secciones en las que sea necesaria una prueba de acceso.



En el caso de que no hubiera el mínimo de inscripciones, en alguno de los grupos ofertados, se valorará la suspensión de la actividad.

Por razones de organización y programación sólo se podrá devolver el importe del pago efectuado ante justificaciones especiales debidamente documentadas: justificantes médicos, cambios de residencia / empadronamiento, cambios de horarios laborales, etc.

06. NORMATIVA GENERAL

En la inscripción tendrán preferencia las personas socias, salvo en las secciones en las que sea necesaria una prueba de acceso.

La condición de socio/a debe mantenerse durante la realización completa del curso, en caso contrario deberán abonar la diferencia entre la cuota de socio/a y no socio/a.

Una vez inscrito/a en el curso y realizado el pago, no se devolverá la cantidad abonada.

Para que una actividad salga adelante requerirá de un mínimo de personas inscritas.

Es obligatorio respetar las fechas y forma de inscripción, así como los pagos.

Sólo dispondrán de plaza aquellas personas admitidas y que hayan realizado el pago en las fechas estipuladas.

Las actividades que se ofertan están sujetas a modificaciones y anulaciones de las que se informarán con antelación.

Las bajas han de comunicarse por escrito y han de ser por fuerza mayor. No son válidas las bajas notificadas telefónicamente o verbalmente a los/as monitores/as.

En caso de no ser socio/a de la instalación y se quiera acompañar a la persona menor, el acceso a las mismas se hará con una tarjeta expedida en el Club, llamada carné de acompañante, o equivalente, por la que habrá que abonar la cantidad de 10€. El acceso con dicha tarjeta o equivalente será obligatorio. Un mal uso de la misma conlleva sanciones.

Para acceder a las instalaciones es obligatorio el uso del carnet o equivalente.