



Deporte y diversidad
sin excusas



Deporte Inclusivo

FUTBOL SALA LUNES, MIÉRCOLES Y VIERNES

- o De 17:00 a 18:30 h
- o De 18:30 a 20:00 h

BALONCESTO MARTES Y JUEVES

- o De 17:00 a 18:30 h
- o De 18:30 a 20:00 h

ATLETISMO LUNES, MIÉRCOLES Y VIERNES

- o De 17:00 a 21:00 h (varios grupos)

SENDERISMO MARTES Y JUEVES

- o De 9:30 a 13:00 h (varios grupos)

PETANCA LUNES Y MIÉRCOLES

- o De 17:00 a 18 h
- o De 18 a 19 h

TENIS MARTES Y JUEVES O VIERNES

- o De 16 a 17 h
- o De 17 a 18 h
- o De 18 a 19 h

NATACIÓN LUNES Y MIÉRCOLES O MARTES Y JUEVES

- o De 10 a 11 h
- o 11 a 12 h
- o 12 a 13 h

JUDO LUNES Y MIÉRCOLES

- o De 16:30 a 17:30 h (de 3 a 6 años)
- o De 17:30 a 18:30 h (de 7 a 9 años)
- o De 18:30 a 19:30 h (de 10 a 14 años)
- o De 19:30 a 20:30 h
- o De 20:30 a 21:30 h (Adultos)

JIU-JITSU VIERNES

- o De 20:00 a 21:30 h (Adultos)

DEFENSA PERSONAL FEMENINA MARTES Y JUEVES

- o De 9:30 a 13:30 h (Varios grupos) (+15 años)
- o De 19:00 a 20:00 h (+15 años)

KÁRATE LUNES Y MIÉRCOLES

- o De 18:00 a 19:00 h (de 3 a 8 años)
- o De 19:00 a 20:00 h (de 9 a 14 años)
- o De 20:00 a 21:00 h (Adultos)

TAI-CHI MARTES Y JUEVES

- o De 18 A 21 H (varios grupos)

- YOGA
 - PILATES
 - GIMNASIA FUNCIONAL
- SEGÚN
DEMANDA**

Ven, prueba y matricúlate

GRATIS

Te ofrecemos **ORIENTACIÓN DEPORTIVA**
según tus **"HABILIDADES DIFERENTES"**

Oficina AIDISCAM: C/ Real, 99 Posterior.



641 20 66 97
670 50 32 59



afernandez@aidiscam.org
cdrealidadtoledo@gmail.com