



LiderSport

Centro Deportivo

VALDEMORILLO

ACTIVIDAD FÍSICA

La mejor píldora para tu salud

PROGRAMA DEPORTIVO 2022-2023



Ayuntamiento de
Valdemorillo



LiderSport
Centro Deportivo
VALDEMORILLO

INSTALACIONES

PISCINA CUBIERTA
SERVICIO DE SAUNA
PISTA POLIDEPORTIVA
SALA MULTIUSOS
SALA DE CICLO

ESPACIOS ANEXOS

CAMPOS DE CÉSPED ARTIFICIAL
Fútbol 11 y Fútbol 7
PISCINA DE VERANO
FRONTÓN
VESTUARIOS
APARCAMIENTO
PISTA DE PÁDEL
PISTAS DE TENIS
PISTA DE ATLETISMO

HORARIO INSTALACIÓN

De lunes a viernes

9:00 - 21:30

Sábados

10:00 - 14:00 | 17:00 - 19:30

Domingos

10:00 - 13:30

HORARIO ADMINISTRACIÓN

De lunes a viernes

10:00 - 13:00 | 17:00 - 20:00



Ayuntamiento de
Valdemorillo

INFORMACIÓN E INSCRIPCIONES
Centro Deportivo Eras Cerradas

Calle la Paz 105

91 897 78 08

centrovaldemorillo@lider-sport.es

Modalidad de **BONO**

Servicios Incluidos

Bono 20 usos

Con validez para un año.
Acceso a sala fitness, piscina y sauna.
Un uso por cada actividad.

Bono Mensual

Del 1 al 31 de cada mes.
Incluye acceso ilimitado a sala fitness,
piscina uso libre y sauna.

Bono +65 y Minusválidos

Del 1 al 31 de cada mes.
Incluye acceso ilimitado a sala fitness,
piscina uso libre y sauna.

**Descuentos para minusválidos,
familia numerosa**



Tipo	Empadronado	No Empadronado
Bono 20 USOS	42€	51€
Bono MENSUAL	30€	40€
Bono PISCINA NIÑOS	21€	27€
Bono +65 Y MINUSVÁLIDOS	21€	27€



Tipos de Bonos

2023





Actividad	Edad	Días	Horario	EMP.	NO EMP.
Matronatación	6 a 36 meses	Lunes y miércoles	16:00-16:30	30,00 €	35,00 €
			16:30-17:00		
		Martes y jueves	16:15-16:45	30,00 €	35,00 €
		Viernes	16:00-16:30	17,00 €	21,00 €
			16:30-17:00		
Natación Benjamín (3-5 años)	3 a 5 años	Sábado	10:00-10:30	17,00 €	21,00 €
			10:30-11:00		
		Domingo	10:00-10:30	17,00 €	21,00 €
		Lunes y miércoles	16:30-17:00	30,00 €	35,00 €
			17:00-17:30		
		Martes y jueves	16:45-17:15	30,00 €	35,00 €
			17:15-17:45		
			17:45-18:15		
		Viernes	16:30-17:00	17,00 €	21,00 €
			17:00-17:30		
			17:30-18:00		
			18:00-18:30		
		Sábado	11:00-11:30	17,00 €	21,00 €
			11:30-12:00		
			12:00-12:30		
			12:30-13:00		
		Domingo	10:00-10:30	17,00 €	21,00 €
			10:30-11:00		
			11:00-11:30		
			11:30-12:00		





Actividad	Edad	Días	Horario	EMP.	NO EMP.
Natación Infantil (6-16 años)	6 a 16 años	Lunes y miércoles	17:30-18:15	18,00 €	23,00 €
			18:15-19:00		
		Martes y jueves	17:15-18:00	18,00 €	23,00 €
			18:15-19:00		
	16 a 64 años	Viernes	19:00-19:45	10,00 €	14,00 €
			17:00-17:45		
			17:45-18:30		
			18:30-19:15		
	6 a 16 años	Sábado	19:15-20:00	10,00 €	14,00 €
			12:15-13:00		
Natación Especial	6 a 16 años	Domingo	13:00-13:45	10,00 €	14,00 €
		Domingo	10:30-11:15	10,00 €	14,00 €
		Lunes y miércoles	18:15-19:00	30,00 €	35,00 €
		Martes y jueves	16:45-17:30	30,00 €	35,00 €
Natación Adultos	16 a 64 años	Domingos	11:00-11:45	10,00 €	14,00 €
			11:15-12:00	10,00 €	14,00 €
		Lunes y miércoles	19:00-19:45	18,00 €	23,00 €
			10:30-11:15	18,00 €	23,00 €
		Martes y jueves	19:45-20:30	18,00 €	23,00 €
			20:30-21:15	18,00 €	23,00 €
		Viernes	20:00-20:45	10,00 €	14,00 €
		Sábado	11:30-12:15	10,00 €	14,00 €
Natación +65	Más de 65	Lunes y miércoles	12:00-12:45	18,00 €	23,00 €
Natación terapéutica	16 a 64 años	Lunes y miércoles	12:00-12:45	30,00 €	35,00 €

Escuela de Natación





Cuerpo Técnico

Entrenadores titulados y con experiencia.

Escuela de Porteros

Metodología adaptada a edad y nivel.

Seguimiento individual

Objetivos

Creación de valores y buenas actitudes.

Desarrollo integral de nuestros futbolistas

Atención a familias

Atención personalizada

Grupos de whatsapp y atención telefónica.

Categoría	F. Nacimiento	Entrenamientos	Horario	Matrícula	Cuota mes
CHUPETÍN	2017-2018	Lunes y Miércoles	16:30-17:30	30,00 €	35,00 €
PREBENJAMIN	2015-2016	Lunes y Miércoles	17:30-18:30	30,00 €	35,00 €
BENJAMIN	2013-2014	Lunes y Miércoles	17:30-18:30	30,00 €	35,00 €
ALEVÍN	2011-2012	Martes y Jueves	17:15-18:30	30,00 €	35,00 €
INFANTIL	2009-2010	Martes y Jueves	17:15-18:45	30,00 €	35,00 €
CADETE	2007-2008	Lunes y Miércoles	18:30-20:00	30,00 €	35,00 €
JUVENIL	2004-2005-2006	Martes y Jueves	18:45-20:15	30,00 €	35,00 €

Los días y horarios de entrenamiento podrán modificarse según necesidades y dependiendo del número de inscritos en la actividad. Entrenamiento chupetines: pabellón Eras Cerradas.

COMIENZO DE LA ESCUELA

Prebenjamín, Benjamín, Alevín, Infantil y Cadete: 6 de septiembre 2022

Juvenil: 23 de agosto 2022

INSCRIPCIONES

A través del correo electrónico: efvaldemorillo@lider-sport.es

PAGO DE CUOTAS

Domiciliación mensual del 1 al 5 de cada mes.

DEVOLUCIÓN DE CUOTAS

Sin causa justificada cada correrán a cargo de los usuarios del servicio.

DESCUENTOS

15% de descuento a partir del segundo hijo apuntado en la Escuela.



Escuela de Baloncesto



Objetivos de la escuela

Fomentar la práctica deportiva.

Mejorar las capacidades del alumno.

Desarrollar los valores educativos del baloncesto.

Fomentar y potenciar el valor del esfuerzo y del trabajo individual y conjunto (el de equipo).

Categoría	F. Nacimiento	ZONA	Entrenamientos	Horario	Matrícula	Cuota mes
PREBENJAMIN	2014-2016	IES Valmayor	Lunes y Miércoles	17:30-18:30	30,00 €	28,00 €
BENJAMIN	2013-2014	IES Valmayor	Martes y Jueves	17:30-18:30	30,00 €	28,00 €
ALEVIN	2011-2012	IES Valmayor	Martes y Jueves	17:30-18:30	30,00 €	28,00 €
INFANTIL	2009-2010	IES Valmayor	Martes y Jueves	17:30-18:30	30,00 €	28,00 €
CADETE	2007-2008	IES Valmayor	Martes y Jueves	17:30-18:30	30,00 €	28,00 €

Los días y horarios de entrenamiento podrán modificarse según necesidades y dependiendo del número de inscritos en la actividad. Entrenamiento chupetines: pabellón Eras Cerradas.

INSCRIPCIONES

A través del correo electrónico: ebaloncestovaldemorillo@gmail.com.

PAGO DE CUOTAS

Domiciliación mensual del 1 al 5 de cada mes.

DEVOLUCIÓN DE CUOTAS

Sin causa justificada correrán a cargo de los usuarios del servicio.

DESCUENTOS

15% de descuento a partir del segundo hijo apuntado en la Escuela.





Categoría	F. Nacimiento	Lugar	Entrenamientos	Horario	Matrícula	Cuota mes
CHUPETIN	2017-2018	Pabellón IES	Martes y Jueves	17:30-18:30	30,00 €	35,00 €
PREBENJAMIN	2015-2016	Pabellón IES	Martes y Jueves	17:30-18:30	30,00 €	35,00 €
BENJAMIN	2013-2014	Pabellón IES	Martes y Jueves	17:30-18:30	30,00 €	35,00 €
ALEVIN	2011-2012	Pabellón IES	Martes y Jueves	17:30-18:30	30,00 €	35,00 €
INFANTIL	2009-2010	Pabellón IES	Martes y Jueves	17:30-18:30	30,00 €	35,00 €
CADETE	2007-2008	Pabellón IES	Martes y Jueves	17:30-18:30	30,00 €	35,00 €
JUVENIL	2004-2005-2006	Pabellón IES	Martes y Jueves	17:30-18:30	30,00 €	35,00 €

Los días y horarios de entrenamiento podrán modificarse según necesidades y dependiendo del número de inscritos en la actividad.



INSCRIPCIONES

A través del correo electrónico:
egimnasiaritmica@valdemorillo.es

PAGO DE CUOTAS

Domiciliación mensual del 1 al 5 de cada mes.

DESCUENTOS

15% de descuento a partir del segundo hijo apuntado en la Escuela.

Escuelas Deportivas Infantiles



JUDO	Entrenamientos	Horario	Lugar	Emp	No Emp
Martes y Jueves		16:30-17:30	Eras Cerradas	30,00 €	35,00 €
		17:30-18:30			

TENIS	Entrenamientos	Horario	Lugar	Emp	No Emp
Infantil	De Lunes a Viernes	16:30-19:30	Dehesa de los Godonales	45,00 €	50,00 €
	Sábados	8:30 a 14:30		30,00 €	35,00 €
Infantil Competición	Tres días			75,00 €	80,00 €

FÚTBOL SALA	Entrenamientos	Horario	Lugar	Emp	No Emp
Todas las categorías	Lunes y Miércoles	17:30-18:30	Eras Cerradas	25,00 €	30,00 €

TIRO CON ARCO	Entrenamientos	Horario	Lugar	Emp	No Emp
Todas las categorías			Dehesa de Los Godonales	20,00 €	25,00 €

ATLETISMO	Entrenamientos	Horario	Lugar	Emp	No Emp
Todas las categorías	Lunes y Miércoles	17:30-19:00	Dehesa de Los Godonales	18,00 €	23,00 €

TRIATLÓN	Entrenamientos	Horario	Lugar	Emp	No Emp
Todas las categorías De 7 a 17 años	Martes (natación)	17:30-18:30	Eras Cerradas	35,00 €	
	Jueves (atletismo)	17:30-18:30	Dehesa de Los Godonales		
	Sábado (ciclismo)	10:00-11:30	Dehesa de Los Godonales		

Infórmate

JUDO: 654 92 22 62 | TENIS: 691 32 55 38 | TIRO CON ARCO: 629 47 36 01
 ATLETISMO: escuela@clubcorredores.com | TRIATLÓN: 651 113 264



Actividad	Edad	Días	Horario	Emp	No emp
Aquagym	A partir de 16 años	Lunes, Miércoles y Viernes	10:15-11:00	25,00 €	30,00 €
	A partir de 16 años	Lunes, miércoles.	11:00-11:45 19:45-20:30	18,00 €	23,00 €
	A partir de 16 años	Martes y jueves	11:45-12:30 20:30-21:15	18,00 €	23,00 €
	A partir de 16 años	Lunes y miercoles	10:15-11:00 12:00-12:45 19:45-20:30 20:30-21:15	15,00 €	20,00 €
Pilates	A partir de 16 años	Martes y jueves	11:00-11:45 11:45-12:30 20:15-21:00 19:30-20:15	15,00 €	20,00 €
Pilates terapeutico	A partir de 16 años	Martes y jueves	10:15-11:00	30,00 €	35,00 €
Cycling	A partir de 16 años	Lunes, miércoles	19:00-19:45	15,00 €	20,00 €
	A partir de 16 años	Martes y jueves	9:30-10:15 19:30-20:15	15,00 €	20,00 €
	A partir de 16 años	Lunes, miércoles	19:00-19:45	15,00 €	20,00 €
Pump	A partir de 16 años	Martes y jueves	18:45-19:30	15,00 €	20,00 €
	A partir de 16 años	Lunes y miércoles	19:45-20:30	15,00 €	20,00 €
Entrenamiento funcional	A partir de 16 años	Martes y jueves	20:15-21:00	15,00 €	20,00 €
	A partir de 16 años	Martes y jueves	12:00-12:45	15,00 €	20,00 €
Gimnasia +65	A partir de 16 años	Martes y jueves	12:00-12:45	15,00 €	20,00 €
Zumba	A partir de 16 años	Martes y jueves	18:45-19:30	15,00 €	20,00 €
Baile en movimiento	A partir de 16 años	Lunes, Miercoles y Viernes	10:15-11:00	21,00 €	26,00 €
Strong by zumba	A partir de 16 años	Martes y jueves	19:30-20:15	15,00 €	20,00 €
Baile activo	A partir de 16 años	Lunes y miércoles	19:00-19:45	15,00 €	20,00 €





◀ ¿Quiénes te ayudarán?

LiderSport
Find Your Fit

Franco Aminturo
Profesor Nacional de Educación Física
Instructor en personal training y musculación
Especialista en neurociencia aplicada al deporte
Metodología de la preparación física
infanto-juvenil y profesional

Carlos Tejeiro
Graduado en ciencias de la actividad física y el deporte
Entrenador personal
Preparador Físico

TU EQUIPO DE SALUD

Adaptado a tus necesidades ▶

LiderSport
Find Your Fit

ELIGETUBONO

BONO	BONO	BONO Terapia combinada
1 Sesión 35,00€ (1 persona) 60,00€ (2 personas) 75,00€ (3 personas) 90,00€ (4 personas)	4 Sesiones 125,00€ (1 persona) 230,00€ (2 personas) 280,00€ (3 personas) 320,00€ (4 personas)	Entrenamiento Personal + Área Salud 4 Sesiones 200,00€ (1 persona)

¿CUÁL ES EL TUYO?

Para qué un Entrenador Personal

- Mayor motivación personal
- Trato exclusivo con el cliente
- Optimización del tiempo
- Entrenamientos individualizados
- Alcanzar tus objetivos
- Horario adaptado a tus necesidades

Programas

Rendimiento
Pérdida de peso
Hipertrofia
Natación
Readaptación deportiva
Oposiciones





Centro Deportivo Eras Cerradas de Valdemorillo

Calle La Paz 105 | 91 897 78 08 | centrovaldemorillo@lider-sport.es

Polideportivo Dehesa de Los Godonales

Avenida Segovia | 91 899 09 85 | deportes@aytovaldemorillo.com