



ACTIVIDADES FÍSICAS ADULTOS 2025/2026

BASES

1. PREINSCRIPCIONES:

- Entre los días 4 y 14 de septiembre, ambos inclusive.

2. FORMA DE PREINSCRIPCIÓN:

Los/as interesados/as en realizar la PREINSCRIPCIÓN deberán cumplimentar y entregar, presencialmente o por correo electrónico, el BOLETÍN DE PREINSCRIPCIÓN disponible en la Página Web del Ayuntamiento de Benavente (<https://benavente.es/areas-municipales/deportes/>) o la Tercera Planta del Edificio Administrativo de la Avenida El Ferial 92.

- a. Entrega presencial: Oficina del Área de Deportes, sita en Avenida el Ferial, 92, tercera planta, despacho 2. De lunes a viernes de 10:00 a 14:00 horas.
- b. Entrega por correo electrónico: actividadesdeportivas@benavente.es

El día 17 de septiembre se realizará un SORTEO en aquellas actividades en las que haya más inscritos que plazas. Dicho sorteo determinará tanto la adjudicación de las plazas como el orden de la reserva. El resultado se hará público en la página web del Ayuntamiento de Benavente el mismo día.

Publicado el resultado del sorteo y adjudicadas las plazas, se deberá CONFIRMAR asistencia al curso entre el 18 y el 23 de septiembre, siguiendo uno de los siguientes cauces:

- POR CORREO ELECTRONICO:

En el correo electrónico actividadesdeportivas@benavente.es comunicando tanto la actividad para la que confirma la plaza como el nombre y apellidos del alumno/a para el que se confirma la misma. Además, habrá que especificar el día, hora y/o grupo en el que confirma la plaza, en caso de que haya salido beneficiario en más de uno. También deberán comunicar las renunciaciones a las plazas en las que haya salido beneficiario y que no vaya a utilizar.

- PRESENCIALMENTE:

Podrán confirmar la plaza acudiendo presencialmente al Área de Deportes sita en la Avenida El Ferial 92 tercera planta despacho 2, de lunes a viernes de 09:00 a 14:00 h., firmando en el documento que les será facilitado por los empleados municipales. También deberán firmar la renuncia de otras plazas en las que hayan sido beneficiarias, dado el caso.

En caso de que la persona interesada en el curso no pueda asistir presencialmente a los lugares y durante los días y horas indicadas, podrá delegar la firma mediante documento de delegación de firma, acompañado de copia del DNI del/la interesado/a.



La no confirmación de la plaza obtenida dentro del plazo establecido significará la pérdida de dicha plaza, siendo esta ofertada a la primera reserva.

En aquellos grupos que existan plazas libres, podrán realizarse inscripciones durante todo el curso. En todo caso, se abonará el pago de la cuota completa.

3. **FORMA DE PAGO:** Una vez confirmada la plaza, se generará una liquidación para poder abonar la cuota correspondiente a la actividad. Se avisará a los/as alumnos/as de que dichas liquidaciones están generadas y que deben pasar a recogerlas presencialmente por el Edificio Administrativo El Ferial, firmando el recibí correspondiente.

El pago se realizará con la liquidación emitida, antes del 26 de septiembre, mediante cualquiera de los siguientes medios:

- **Pago efectivo:**
 - En cualquiera de las entidades bancarias autorizadas.
 - En la oficina de Recaudación Municipal.
- **Pago online:** a través del apartado PAGO DE TRIBUTOS de la página web del ayuntamiento

<https://www.benavente.es/aytobenavente>

IMPORTANTE: Una vez confirmada la plaza y emitida la liquidación, se deberá realizar obligatoriamente el pago en el plazo señalado. En caso contrario se procederá con la reclamación de dicho importe, y los intereses que pueda generar la deuda adquirida, por los cauces legalmente establecidos, independientemente del desistimiento posterior a la confirmación de plaza.

4. **PERIODO DE LAS ACTIVIDADES FÍSICAS DE ADULTOS:** La actividad se realizará desde el 1 de octubre de 2025 hasta el 29 de mayo de 2026, rigiéndose por el Calendario de la Consejería de Educación de la Junta de Castilla y León y comunicándose con antelación los posibles cambios o suspensiones de las clases.
5. **COMIENZO DE LA ACTIVIDAD:** El comienzo de las Actividades Físicas de Adultos será el día que corresponda a la Actividad en la que esté inscrito, a partir del día 1 de octubre de 2025.

Las actividades ofertadas estarán supeditadas a alcanzar un número mínimo de participantes y a que la actividad pueda desarrollarse de forma adecuada, por lo que las actividades podrían no iniciarse o suspenderse si no se cumple con alguno de los casos señalados.

6. **DURACIÓN DE LAS ACTIVIDADES:** Las clases tendrán una duración de cincuenta minutos (50'), excepto las de Yoga que tendrán una duración de 75 minutos (75').
7. **PRIVACIONES:** El abandono del curso supondrá la pérdida total de la cuota abonada. Las ausencias reiteradas sin justificación, más de 3 faltas al mes, supondrán la pérdida de plaza.
8. **RENOVACIONES:** En aquellas actividades cuyo desarrollo se establezca de forma cuatrimestral, será necesario realizar renovación de la inscripción. Dichas renovaciones se realizarán entre el 7 y el 16 de enero de 2026, entregando el **BOLETÍN DE RENOVACIÓN**



disponible en la Página Web del Ayuntamiento de Benavente o en la Tercera Planta del Edificio Administrativo de la Avenida El Ferial 92, pudiendo entregarlo presencialmente en la Oficina de Deportes (Avenida El Ferial 92 3ª Planta Despacho 2) o por correo electrónico (actividadesdeportivas@benavente.es). Se dará prioridad a la renovación de alumnos ya inscritos en la actividad durante el primer cuatrimestre.

En caso de que, pasado el plazo establecido para las renovaciones, quedara alguna plaza libre, se daría prioridad a los interesados que hubieran quedado en la reserva en el sorteo realizado al inicio del periodo de preinscripciones, a los que se avisaría. Aquellos que aceptaran dicha plaza, deberán CONFIRMAR asistencia a través de los cauces recogidos en el apartado 2.

En caso de que siguieran quedando plazas libres, se admitirían nuevas inscripciones entre el 19 y el 25 de enero de 2026. Los/as interesados/as podrán informarse de si existen plazas libres para nuevas inscripciones en el correo electrónico actividadesdeportivas@benavente.es y en el teléfono **980630445 Extensión 2407**, de lunes a viernes, entre las 9:15 y las 14:00 h.

Para formalizar la inscripción, se deberá rellenar el BOLETÍN DE INSCRIPCIÓN disponible en la Página Web del Ayuntamiento de Benavente o en la Tercera Planta del Edificio Administrativo de la Avenida El Ferial, pudiendo entregarlo presencialmente en la Oficina de Deportes (Avenida El Ferial 92 3ª Planta Despacho 2) o por correo electrónico (actividadesdeportivas@benavente.es)

Las nuevas plazas se adjudicarán por riguroso orden de entrega del BOLETÍN DE INSCRIPCIÓN.

9. **ACEPTACIÓN:** La inscripción implica la aceptación de estas Bases, así como aquellos aspectos relativos a la protección de datos incluidos en el formulario de preinscripción o de inscripción.
10. **DEVOLUCIONES O ANULACIONES DE LIQUIDACIONES:** Una vez realizado el pago, no corresponde devolución del importe abonado, procediendo devolución, solamente por causas imputables al Ayuntamiento, como suspensión de clases, cierre de instalaciones, etc. Se devolvería el importe proporcional al número de clases afectadas. Para lo cual, se deberá realizar en el Ayuntamiento de Benavente solicitud de devolución por parte del interesado afectado a través del modelo existente a tal efecto. Igualmente, no se procederá a anular liquidaciones generadas si no es debido a causas imputables al Ayuntamiento.

La Concejalía de Deportes se reserva el derecho de cambiar, modificar y/o alterar la composición del profesorado, la organización, las fechas, el horario y las instalaciones de las Actividades Físicas de Adultos en función de las necesidades y/o para el mejor desarrollo de las mismas.

Antes de iniciar cualquier actividad física se recomienda a los alumnos y alumnas a hacerse un reconocimiento médico que permita conocer su



ES OBLIGATORIO SEGUIR LAS INSTRUCCIONES E INDICACIONES DEL PERSONAL MUNICIPAL ENCARGADO DE LAS INSTALACIONES

GIMNASIA MANTENIMIENTO

EDAD	GRUPOS NIVEL INICIACIÓN, INTERMEDIO Y AVANZADO
	A partir de 16 Años (Nacidos/as en el 2009 y anteriores)
	GRUPO NIVEL ADULTO MAYOR (GERONTOGIMNASIA)
	A partir de 60 años (Nacidos/as en el 1965 y anteriores y Jubilados/as.

NIVEL INICIACIÓN			
INTENSIDAD SUAVE			
LUGAR	DÍAS	HORARIO	PRECIO
COLEGIO LAS ERAS	MARTES Y JUEVES	19:00	43 € / Cuatrimestre
MÉTODO PILATES			
LUGAR	DÍAS	HORARIO	PRECIO
COLEGIO LAS ERAS	MARTES Y JUEVES	20:00	43 € / Cuatrimestre
LA ACTIVIDAD SERÁ CUATRIMESTRAL (DE OCTUBRE A ENERO Y DE FEBRERO A MAYO)			

NIVEL INTERMEDIO			
LUGAR	DÍAS	HORARIO	PRECIO



FRONTÓN LA ROSALEDA	LUNES, MIÉRCOLES Y VIERNES	09:10	57 € / Cuatrimestre
COLEGIO LAS ERAS	MARTES Y JUEVES	18:00	43 € / Cuatrimestre
LA ACTIVIDAD SERÁ CUATRIMESTRAL (DE OCTUBRE A ENERO Y DE FEBRERO A MAYO)			

NIVEL AVANZADO			
GIMNASIA FITNESS			
<i>Actividades Físicas variables basadas en step, baile cardio y tonificación muscular</i>			
LUGAR	DÍAS	HORARIO	PRECIO
COLEGIO LAS ERAS	LUNES, MIÉRCOLES Y VIERNES	19:00	57 € / Cuatrimestre
GIMNASIA DE INTENSIDAD			
LUGAR	DÍAS	HORARIO	PRECIO
COLEGIO LAS ERAS	LUNES Y MIÉRCOLES	20:00	43 € / Cuatrimestre
LA ACTIVIDAD SERÁ CUATRIMESTRAL (DE OCTUBRE A ENERO Y DE FEBRERO A MAYO)			

NIVEL ADULTO MAYOR (GERONTOGIMNASIA)			
LUGAR	DÍAS	HORARIO	PRECIO
FRONTÓN LA ROSALEDA	LUNES Y MIÉRCOLES	11:00	54 € / Curso
LA ENCOMIENDA	MARTES Y VIERNES	11:00	54 € / Curso
LA ENCOMIENDA	MARTES Y VIERNES	12:00	54 € / Curso
LA ACTIVIDAD SERÁ DE CURSO COMPLETO			

COMBO GYM

EDAD	A partir de 16 Años (Nacidos/as en el 2009 y anteriores)
------	--

El Combo Gym es una modalidad donde se combinan varias actividades fitness en una misma sesión, haciendo las clases más amenas y divertidas y consiguiendo a la vez un entrenamiento full-body. Las actividades que se combinarán son: Aerobic, Sumba, Stretching Gimnasia de Mantenimiento y Pilates que propicia la conservación y mejora de la condición física de las personas adultas

LUGAR	DÍAS	HORARIO	PRECIO
-------	------	---------	--------



LA ENCOMIENDA	LUNES, MIÉRCOLES Y VIERNES	21:00	57 € / Cuatrimestre
LA ACTIVIDAD SERÁ CUATRIMESTRAL (DE OCTUBRE A ENERO Y DE FEBRERO A MAYO)			

SUMBA

EDAD	A partir de 16 Años (Nacidos/as en el 2009 y anteriores)
------	--

Sumba es una modalidad de fitness basada en movimientos de bailes combinados con una serie de rutinas aeróbicas con los principales ritmos latinoamericanos: salsa, merengue, cumbia, reggaeton, samba, bachata,... que propicia la conservación y mejora de la condición física de las personas adultas.

LUGAR	DÍAS	HORARIO	PRECIO
LA ENCOMIENDA	MARTES Y JUEVES	21:00	43 € / Cuatrimestre
LA ACTIVIDAD SERÁ CUATRIMESTRAL (DE OCTUBRE A ENERO Y DE FEBRERO A MAYO)			

YOGA

EDAD	A partir de 16 Años (Nacidos/as en el 2009 y anteriores)
------	--

El Yoga es un conjunto de disciplinas físicas y mentales que tratan de cultivar el cuerpo y la mente de forma armónica a través de la práctica de posturas corporales, la respiración y la meditación, con el propósito de obtener beneficios para la salud de las personas adultas.

LUGAR	DÍAS	HORARIO	PRECIO
LA ENCOMIENDA	LUNES Y MIÉRCOLES	12:15 A 13:30	70 € / Cuatrimestre
COLEGIO LAS ERAS	LUNES Y MIÉRCOLES	17:30 A 18:45	70 € / Cuatrimestre
LA ACTIVIDAD SERÁ CUATRIMESTRAL (DE OCTUBRE A ENERO Y DE FEBRERO A MAYO)			