

## Campaña Deportiva para Personas con Diversidad Funcional

Actividad	Lugar	Día	Hora
<u>Grupo heterogéneo</u>			
Actividad Física	CAFA	L a V	9:00; 10:00; 11:00; 12:00;
Adaptada			17:00; 18:00; 19:00

### Grupos homogéneos

Parkinson	CAFA	L-J	11:00; 12:00
Salud Mental	CAFA	M-J	16:00; 17:00
EPOC (Enfermedad Pulmonar Obstructiva Crónica)	CAFA	L-X-V	11:00; 16:30
A.C.V. (Accidente cerebrovascular)	CAFA	L-X-V	10:00
Cardiopatías	CAFA	M-J-V	12:00
Fibromialgia	CAFA	L-X-V	16:00; 17:00; 18:00; 19:00
Lupus / Artritis	CAFA	M-J	19:00
Cáncer de mama	CAFA	M-J	09:00

### Actividades en agua

Aquaym I	C.C. LAKUA	L-X-V	12:15
Aquaym II	C.C. LAKUA	M-J	12:15
Natación I	C.C. LAKUA	L a J	16:45
Natación II	C.C. LAKUA	L a J	17:30

Multideporte	CAFA	L-X-V	17:00
Multideporte	CAFA	M-J	16:00
Escuela de	CAFA	V	17:30
Deporte Adaptado			

## Precios (trimestrales)

DÍAS	SOCI@S	NO SOCI@S
2 / semana	22,85€	28,55€
3 / semana	28,55€	35,05€
5 / semana	35,75€	42,95€

Forma de pago (domiciliación bancaria)



## Inscripciones



Centro de Actividad Física Adaptada "Almudena Cid"  
C/ Gabriel Celaya, nº15 bajo. 01010 Vitoria-Gasteiz

De lunes a viernes de 9:00 a 13:00 horas  
y de 17:00 a 20:00 horas.

## Requisitos

- Acreditar una discapacidad de más del 33%
- Ser persona SOCIA del C.D. Zuzenak.

## Documentación

- Rellenar la hoja de inscripción.
- Fotocopia del CERTIFICADO DE DISCAPACIDAD.
- Fotocopia actualizado de 1 INFORME MÉDICO.
- Fotocopia del DNI.
- 1 FOTOGRAFÍA.
- Fotocopia del NÚMERO DE CUENTA.

## Contacto

Telf: 945 060 013  
E-mail: clubdeportivo@zuzenak.com  
www.zuzenak.com

VITORIA  
GASTEIZ  
green capital

# CAMPAÑA DE ACTIVIDAD FÍSICA ADAPTADA C.D. ZUZENAK 2020-2021



Ayuntamiento  
de Vitoria-Gasteiz  
Vitoria-Gasteizko  
Udala



## Aniztasun funtzionala duten pertsonentzako kirol kanpaina

Jarduera	Lekua	Eguna	Ordua
<b>Talde heterogeneoa</b>			
Jarduera Fisiko Egokitua	JFEZ	Al.-tik 9:00; 10:00; 11:00; 12:00; Or.-ra 17:00; 18:00; 19:00	

### Talde homogeneoa

Parkinson	JFEZ	Al.-Og.	11:00; 12:00
Osasun mentala	JFEZ	As.-Og.	16:00; 17:00
BGBK (Biriketako Gaixotasun Buxatzaila Kronikoa)	JFEZ	As.-Az.-Or.	11:00; 16:30
IZB (Istripu Zerebroaskular)	JFEZ	Al.-Az.-Or.	10:00
Kardiopatiak	JFEZ	As.-Og. Or.	12:00
Fibromialgia	JFEZ	Al.-Az.-Or.	16:00; 17:00; 18:00; 19:00
Lupusa/Artritis	JFEZ	As.-Og.	19:00
Bularreko minbizia	JFEZ	As.-Og.	09:00

### Ur-jarduerak

Aquagym I	Lakua G.E	Al.-Az.-Or.	12:15
Aquagym II	Lakua G.E	As.-Og.	12:15
Igeriketa I	Lakua G.E	Al.tik Og.ra	16:45
Igeriketa II	Lakua G.E	Al.tik Og.ra	17:30

Multi kirola	JFEZ	Al.-Az.- Or.	17:00
Multi kirola	JFEZ	As.-Og.	16:00
Kirol Egokituko Eskola	JFEZ	Or.	17:30

### Prezioak (hiru labe teko)

EGUNAK	BAZKIDEAK	EZ BAZKIDEAK
Astean 2	22,85€	28,55€
Astean 3	28,55€	35,05€
Astean 5	35,75€	42,95€

Ordaintzeko modua (banku- helbideratzen)



### "Almudena Cid" Jarduera Fisiko Egokituko zentroa

Astelehenetik Ostiralera, 9:00 etatik 13:00 etara eta 17:00 etatik 20:00 etara.

### Baldintzak

- %33 tik gorako ezgaitasuna egiaztatzea
- ZUZENAK K.E.-ko bazkide izatea

### Dokumentazioa

- Izen-ematea orria betetzea
- Ezgaitazunaren ziurtagiriaren fotokopia
- Medikuari txosten eguneratu baten fotokopia
- NAN-aren fotokopia
- Argazki bat
- Banku-kontu zenbakiaren fotokopia

### Kontaktua

Telf: 945 060 013  
E-maila: clubdeportivo@zuzenak.com  
www.zuzenak.com



VITORIA  
GASTEIZ  
green capital

# ZUZENAK K.E. 2020-2021 JARDUERA FISIKO EGOKITUKO KANPAINA



Ayuntamiento  
de Vitoria-Gasteiz  
Vitoria-Gasteizko  
Udala

