

Los veranos de Alcobendas

2026



COLONIAS

CAMPAMENTOS

DEPORTES

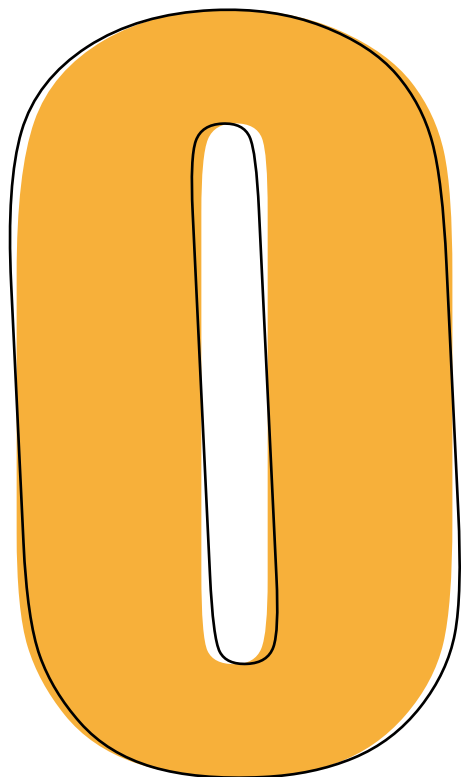
CAMPUS

TALLERES

Y MUCHO MÁS...



Ayuntamiento de
ALCOBENDAS



Índice

Deportes

Página
3

Colonias, Campamentos, Talleres
Creativos, Escuelas de Verano,
Premonitores, Turismo Juvenil,
Open Days, Colonias de integración

28

Conciliación laborables no lectivos

40

Actividades de verano
para las personas mayores

42

Actividades de cultura y ocio

44



1

Deportes

ACTIVIDADES DEPORTIVAS

POLIDEPORTIVO MUNICIPAL JOSÉ CABALLERO

	SEMANA 22 al 26 de junio	1ª QUINCENA Del 29 de junio al 10 de julio		2ª QUINCENA Del 13 al 24 de julio		SEMANA Del 27 al 31 de julio	
CAMPUS Y MINICAMPUS	MINICAMPUS JUDO	CAMPUS DEPORTIVO (5 a 12 años)	CAMPUS JÓVENES (13 a 15 años)	CAMPUS DEPORTIVO (5 a 12 años)	CAMPUS JÓVENES (13 a 15 años)	MINICAMPUS DEPORTIVO (7 a 12 años)	
	MINICAMPUS TENIS-PÁDEL PICKLEBALL	CAMPUS TENIS-PÁDEL PICKLEBALL	CAMPUS ESGRIMA	CAMPUS TENIS-PÁDEL PICKLEBALL	CAMPUS ESGRIMA	MINICAMPUS TENIS-PÁDEL PICKLEBALL	
	MINICAMPUS PATINAJE	CAMPUS BALONCESTO	CAMPUS BAILE MODERNO	CAMPUS GIMNASIA RITMICA	CAMPUS TRIATLON		
	MINICAMPUS GIMNASIA RITMICA	CAMPUS HOCKEY PATINES		CAMPUS FUTBOL SALA			
		SUPLEMENTO COMIDA CAMPUS (14:00 a 16:30)					
ACTIVIDADES ACUÁTICAS		NATACIÓN BEBÉS	NATACIÓN (7-9 años)	NATACIÓN BEBÉS	NATACIÓN (7-9 años)		
		NATACIÓN (4-6 años) INICIACIÓN	NATACIÓN (10-12 años)	NATACIÓN (4-6 años) INICIACIÓN	NATACIÓN (10-12 años)		
			NATACIÓN (13-17 años)		NATACIÓN (13-17 años)		
		NATACIÓN ADULTOS INICIACIÓN (lunes/miércoles) (del 29 de junio al 22 de julio)					
		NATACIÓN MAYORES INICIACIÓN (lunes/miércoles) (del 29 de junio al 22 de julio)					
NIÑOS NIÑAS JOVENES		PÁDEL (9-14 años) INICIACIÓN	TENIS (7-17 años) INICIACIÓN		TENIS (7-17 años) INICIACIÓN		
ADULTOS		PÁDEL ADULTOS INICIACIÓN	TENIS ADULTOS INICIACIÓN	PÁDEL ADULTOS INICIACIÓN	TENIS ADULTOS INICIACIÓN		
		(lunes/miércoles) (del 1 al 29 de julio) (martes/jueves) (del 2 al 30 de julio)					
		CROSS FITNESS - YOGA - ZUMBA - PILATES - BOX FITNESS					



ACTIVIDADES ACUÁTICAS – NATACIÓN BEBÉS, NIÑOS Y JÓVENES

POLIDEPORTIVO MUNICIPAL JOSÉ CABALLERO

Natación Bebés de 6 a 47 meses (Ref. 80)	Natación Infantil Iniciación (de 4 a 6 años) (Ref. 83)	Natación de 7 a 9 años (Ref. 84)
<p>Familiarización del bebé con el medio acuático en compañía de uno de sus padres (un acompañante adulto por bebé inscrito).</p> <p>La actividad se realiza en piscina climatizada.</p> <p>Instalación: Polideportivo Municipal José Caballero.</p> <p>Duración de la clase: 30 minutos.</p> <p>Obligatorio: gorro de baño (bebé y acompañante) y zapatillas de piscina.</p> <p>Nivel 1: de 6 a 23 meses.</p> <p>Nivel 2: de 24 a 47 meses.</p>	<p>Iniciación a la natación. Familiarización con el medio acuático, experimentando y descubriendo un nuevo elemento. Búsqueda de la autonomía: Aprender a nadar.</p> <p>La actividad se realiza en piscina climatizada.</p> <p>Instalación: Polideportivo Municipal José Caballero.</p> <p>Duración de la clase: 45 minutos.</p> <p>Obligatorio: gorro de baño y zapatillas de piscina.</p> <p>No se requiere prueba de nivel.</p>	<p>Iniciación a la natación (nivel 1) y perfeccionamiento de los diferentes estilos (nivel 2).</p> <p>La actividad se realiza en piscina climatizada.</p> <p>Instalación: Polideportivo Municipal José Caballero.</p> <p>Duración de la clase: 45 minutos</p> <p>Obligatorio: gorro de baño y zapatillas de piscina.</p> <p>No se requiere prueba de nivel.</p> <p>Dos niveles:</p> <p>Nivel 1: no sabe nadar o nada un poco.</p> <p>Nivel 2: sabe nadar (nivel medio).</p>

	QUINCENA del 29 de junio al 10 de julio (de lunes a viernes)			QUINCENA del 13 al 24 de julio (de lunes a viernes)		
	HORA DE INICIO DE LAS CLASES			HORA DE INICIO DE LAS CLASES		
Bebés nivel 1 (6 a 23 meses)	17:30 h.		18:00 h.	17:30 h.		18:00 h.
Bebés nivel 2 (24 a 47 meses)	17:00 h.		18:30 h.	17:00 h.		18:30 h.
Natación Infantil Iniciación (4 a 6 años)	17:15 h.	18:00 h.	18:45 h.	17:15 h.	18:00 h.	18:45 h.
Natación (7 a 9 años) nivel 1	16:45 h.		18:15 h.	16:45 h.		18:15 h.
Natación (7 a 9 años) nivel 2	16:45 h.		18:15 h.	16:45 h.		18:15 h.
PRECIOS	EMPADRONADOS: 26,10 € NO EMPADRONADOS: 39,20 €			EMPADRONADOS: 26,10 € NO EMPADRONADOS: 39,20 €		

ACTIVIDADES ACUÁTICAS – NATACIÓN BEBÉS, NIÑOS Y JÓVENES

POLIDEPORTIVO MUNICIPAL JOSÉ CABALLERO



Natación de 10 a 12 años (Ref. 85)

Iniciación a la natación (nivel 1) y perfeccionamiento de los diferentes estilos (nivel 2).

La actividad se realiza en piscina climatizada.

Instalación: Polideportivo Municipal José Caballero.

Duración de la clase: 45 minutos.

Obligatorio: gorro de baño y zapatillas de piscina.

No se requiere prueba de nivel.

Dos niveles:

Nivel 1: no sabe nadar o nada un poco.

Nivel 2: sabe nadar (nivel medio).

Natación de 13 a 17 años (Ref. 79)

Perfeccionamiento de los diferentes estilos. La actividad se realiza en piscina climatizada.

Instalación: Polideportivo Municipal José Caballero.

Duración de la clase: 45 minutos.

Obligatorio: gorro de baño y zapatillas de piscina.

No se requiere prueba de nivel.

Nivel único: Nivel 2: sabe nadar (nivel medio).

	QUINCENA del 29 de junio al 10 de julio (de lunes a viernes)	QUINCENA del 13 al 24 de julio (de lunes a viernes)
	HORA DE INICIO DE LAS CLASES	HORA DE INICIO DE LAS CLASES
Natación (10 a 12 años) niveles 1 y 2	17:30 h.	17:30 h.
Natación (13 a 17 años) nivel 2	19:00 h.	19:00 h.
PRECIOS	Empadronados: 26,10 € No empadronados: 39,20 €	Empadronados: 26,10 € No empadronados: 39,20 €



ACTIVIDADES ACUÁTICAS – NATACIÓN ADULTOS Y MAYORES

POLIDEPORTIVO MUNICIPAL JOSÉ CABALLERO



Natación Adultos Iniciación (Ref. 86)

Iniciación a la natación, habilidades básicas:
aprender a nadar.

Dirigido a usuarios de 18 a 64 años.

Actividad de dos días a la semana: lunes y miércoles, del 29 de junio al 22 de julio.

La actividad se realiza en piscina climatizada.

Instalación: Polideportivo Municipal José Caballero (piscina poco profunda).

Duración de la clase: 45 minutos.

Obligatorio: gorro de baño y zapatillas de piscina.

Nivel 1 (iniciación): aprendizaje de las habilidades básicas en el medio acuático.

No se requiere prueba de nivel.

Natación Mayores Iniciación (a partir de 65 años) (Ref. 89)

Actividad orientada al desarrollo de las habilidades básicas en el medio acuático.

Mantenimiento y mejora de la condición física general.

A partir de 65 años.

Actividad de dos días a la semana: lunes y miércoles, del 29 de junio al 22 de julio.

La actividad se realiza en piscina climatizada.

Instalación: Polideportivo Municipal José Caballero (piscina poco profunda).

Duración de la clase: 45 minutos.

Obligatorio: gorro de baño y zapatillas de piscina.

Nivel 1 (iniciación): aprendizaje de las habilidades básicas en el medio acuático.

No se requiere prueba de nivel.

	Del 29 de junio al 22 de julio (lunes y miércoles)		PRECIOS POR CURSO	
	HORA DE INICIO DE LAS CLASES		EMPADRONADOS	NO EMPADRONADOS
Natación Adultos Iniciación (18 a 64 años)	8:45 h.	21:00 h.	25,20 €	37,80 €
			TITULARES DEL ABONO DEPORTE: 20,20 €	
Natación Mayores Iniciación (a partir de 65 años)	13:15 h.		7,10 €	10,70 €

CAMPUS Y MINICAMPUS DEPORTIVOS

POLIDEPORTIVO MUNICIPAL JOSÉ CABALLERO

Minicampus y Campus Deportivo de Verano (Ref. 88)

Dirigido a niños de 5 a 12 años.

Grupos de edad: 5-6 años, 7 a 9 años y 10 a 12 años.

Medio seco: juegos predeportivos, deportes alternativos, deportes de equipo e individuales, ludoteca, talleres y actividades relacionadas con el medio natural.

Medio acuático: clase diaria de natación, iniciación y perfeccionamiento. Juegos y recreación.

Instalación: Polideportivo Municipal José Caballero.

Duración del campus: 5 horas diarias.

Campus Deportivo Jóvenes (Ref. 75)

Dirigido a jóvenes de 13 a 15 años.

Medio seco: deportes convencionales, actividades de *fitness*, ciclismo *indoor* y entrenamiento funcional.

Medio acuático: clase diaria de natación; perfeccionamiento de estilos; iniciación al salvamento acuático y socorrismo; juegos y recreación.

Instalación: Polideportivo Municipal José Caballero.

Duración del campus: 5 horas diarias.

Imprescindible:



- Almuerzo y bebida.
- Vestuario deportivo, gorra y zapatillas de deporte.
- En la mochila: bañador, gorro de piscina, chanclas y toalla (recomendable gafas de natación).
- Complimentar **ficha de alumno** entregada el primer día del campus.

	Del 29 de junio al 10 de julio (de lunes a viernes)	Del 13 al 24 de julio (de lunes a viernes)	Del 27 a 31 de julio (de lunes a viernes)	SERVICIO GRATUITO DE RECEPCIÓN Y RECOGIDA	
	HORARIO CAMPUS	HORARIO CAMPUS	HORARIO MINICAMPUS		
Campus (5 a 6 años)	9:00 a 14:00 h.	9:00 a 14:00 h.		RECEPCIÓN 8:30 a 9:00 h.	RECOGIDA 14:00 a 14:30 h.
Campus (7 a 9 años)	9:00 a 14:00 h.	9:00 a 14:00 h.	9:00 a 14:00 h.		
Campus (10 a 12 años)	9:00 a 14:00 h.	9:00 a 14:00 h.	9:00 a 14:00 h.		
Campus (13 a 15 años)	9:00 a 14:00 h.	9:00 a 14:00 h.			
PRECIOS	Empadronados: 104,40 €	Empadronados: 104,40 €	Empadronados: 62,60 €		
	No empadronados: 156,60 €	No empadronados: 156,60 €	No empadronados: 94 €		

SUPLEMENTO DE COMIDA (de 14:00 a 16:00 h. – recogida de 16:00 a 16:30 h.) (Ref. 96)

- Inscripción previa en Campus, requisito obligatorio.
- Al precio del Campus se sumaría el precio del suplemento de comida.
- Plazas limitadas.

Empadronados:

CAMPUS: **141,50 €**

No empadronados:

CAMPUS: **212,30 €**



CAMPUS Y MINICAMPUS TECNIFICACIÓN

POLIDEPORTIVO MUNICIPAL JOSÉ CABALLERO

Minicampus de Patinaje Artístico (Ref. 37)

Propuesto por la Delegación de Deportes y el Club Patinaje Artístico Alcobendas.

Dirigido a niños de 7 a 12 años. Grupos de edad: 7 a 9 y 10 a 12 años.

Contenidos: iniciación y perfeccionamiento de las técnicas básicas.

Juegos, talleres y recreación en el medio acuático.

Instalación: Polideportivo Municipal José Caballero.

Duración del campus: 5 horas diarias.

Imprescindible:

- Almuerzo y bebida.
- Patines de dos ejes (patinaje artístico).
- Vestuario deportivo, gorra y zapatillas de deporte.
- En la mochila: bañador, chanclas y toalla.
- Cumplimentar **ficha de alumno** entregada el primer día de minicampus.



Campus de Baile Moderno (Ref. 63)

Dirigido a niños de 7 a 9 años.

Contenidos: iniciación al baile moderno: *hip hop, funk, etc.*

Juegos, talleres y recreación en el medio acuático.

Instalación: Polideportivo Municipal José Caballero.

Duración del campus: 5 horas diarias.

Imprescindible:

- Almuerzo y bebida.
- Vestuario deportivo, gorra y zapatillas de deporte.
- En la mochila: bañador, chanclas y toalla.
- Cumplimentar **ficha de alumno** entregada el primer día de minicampus.



	Del 22 al 26 de junio (de lunes a viernes)	Del 29 de junio al 10 de julio (de lunes a viernes)	SERVICIO GRATUITO DE RECEPCIÓN Y RECOGIDA	
	HORARIO DEL MINICAMPUS	HORARIO DEL CAMPUS		
Patinaje Artístico (7 a 12 años)	9:00 a 14:00 h.		RECEPCIÓN 8:30 a 9:00 h.	RECOGIDA 14:00 a 14:30 h.
Baile Moderno (7 a 9 años)		9:00 a 14:00 h.		
PRECIOS	Empadronados: 85,10 €	Empadronados: 141,80 €		
	No empadronados: 127,70 €	No empadronados: 212,70 €		

SUPLEMENTO DE COMIDA (de 14:00 a 16:00 h. – recogida de 16:00 a 16:30 h.) (Ref. 96)

- Inscripción previa en Campus, requisito obligatorio.
- Al precio del Campus se sumaría el precio del suplemento de comida.
- Plazas limitadas.

Empadronados:

CAMPUS: **141,50 €**

No empadronados:

CAMPUS: **212,30 €**

CAMPUS Y MINICAMPUS TECNIFICACIÓN POLIDEPORTIVO MUNICIPAL JOSÉ CABALLERO



Minicampus y Campus de Tenis, Pádel y Pickleball (Ref. 67)

Propuesto por la Delegación de Deportes.
Dirigido a niños de 7 a 15 años. Grupos de edad: 7 a 9, 10 a 12 y 13 a 15 años.
Contenidos: iniciación y perfeccionamiento de las técnicas básicas.
Recreación en el medio acuático.
Instalación: Polideportivo Municipal José Caballero.
Duración del campus: 5 horas diarias.
No requiere prueba de nivel.

Imprescindible:

- Almuerzo y bebida.
- Raquetas de tenis y pádel.
- Vestuario deportivo, gorra y zapatillas de deporte.
- En la mochila: bañador, chanclas y toalla.
- Cumplimentar **ficha de alumno** entregada el primer día de campus.



Campus de Gimnasia Rítmica (Ref. 87)

Propuestos por el Club Gimnástico Alcobendas Chamartín y la Delegación de Deportes.
Dirigido a niños de 6 a 12 años. **Grupos de edad:** 6 a 9 y 10 a 12 años.
Contenidos: iniciación y perfeccionamiento de los fundamentos técnicos de la gimnasia rítmica y de los diferentes elementos que la componen.
Actividades complementarias: danza clásica, jazz, aeróbic, juegos, talleres.
Recreación en el medio acuático.
Instalación: Polideportivo Municipal José Caballero.
Duración del campus: 5 horas diarias.

Imprescindible:

- Almuerzo y bebida.
- Vestuario deportivo, gorra y zapatillas de deporte.
- En la mochila: bañador, chanclas y toalla.
- Cumplimentar **ficha de alumno** entregada el primer día de campus.



	Del 22 al 26 de junio (de lunes a viernes)	Del 29 de junio al 10 de julio (de lunes a viernes)	Del 13 al 24 de julio (de lunes a viernes)	Del 27 al 31 de julio (de lunes a viernes)
	HORARIO DEL MINICAMPUS	HORARIO DEL CAMPUS	HORARIO DEL CAMPUS	HORARIO DEL MINICAMPUS
Tenis, Pádel y Pickleball	9:00 a 14:00 h. (7 a 12 años)	9:00 a 14:00 h. (7 a 15 años)	9:00 a 14:00 h. (7 a 15 años)	9:00 a 14:00 h. (7 a 12 años)
Gimnasia Rítmica	9:00 a 14:00 h. (6 a 9 años)		9:00 a 14:00 h. (6 a 12 años)	
PRECIOS	Empadronados: 85,10 €	Empadronados: 141,80 €	Empadronados: 141,80 €	Empadronados: 85,10 €
	No empadronados: 127,70 €	No empadronados: 212,70 €	No empadronados: 212,70 €	No empadronados: 127,70 €

SERVICIO GRATUITO DE RECEPCIÓN: 8:30 a 9:00 h. **Y RECOGIDA:** 14:00 a 14:30 h.

SUPLEMENTO DE COMIDA (de 14:00 a 16:00 h. – recogida de 16:00 a 16:30 h.) (Ref. 96)

- Inscripción previa en Campus, requisito obligatorio.
- Al precio del Campus se sumaría el precio del suplemento de comida.
- Plazas limitadas.

Empadronados:

CAMPUS: **141,50 €**

No empadronados:

CAMPUS: **212,30 €**



CAMPUS Y MINICAMPUS TECNIFICACIÓN

POLIDEPORTIVO MUNICIPAL JOSÉ CABALLERO

Campus de Fútbol Sala (Ref. 76)

Propuesto por el CD Alcobendas Futsal y la Delegación de Deportes.

Dirigido a niños de 7 a 12 años. Grupos de edad: 7 a 9 y 10 a 12 años.

Contenidos: iniciación y tecnificación en este deporte de equipo; fundamentos técnico-tácticos tanto individuales como colectivos, juegos y deportes alternativos. Recreación en el medio acuático.

Instalación: Polideportivo Municipal José Caballero.

Duración del campus: 5 horas diarias.

Imprescindible:

- Almuerzo y bebida.
- Vestuario deportivo, gorra y zapatillas de deporte.
- En la mochila: bañador, chanclas y toalla.
- Cumplimentar **ficha de alumno** entregada el primer día del campus.



Minicampus de Hockey sobre Patines (Ref. 65)

Propuesto por el Club Patín Alcobendas y la Delegación de Deportes.

Dirigido a niños de 5 a 12 años. **Grupos de edad:** 5 a 8 y 9 a 12 años.

Contenidos: iniciación y tecnificación, fundamentos técnico-tácticos, juegos, recreación en el medio acuático.

Nivel 1 (5 a 8 años): se requiere nivel básico de patinaje.

Nivel 2 (9 a 12 años): se requiere nivel medio de patinaje.

Instalación: Polideportivo Municipal José Caballero.

Duración del campus: 5 horas diarias.

Imprescindible:

- Vestuario deportivo, gorra y zapatillas de deporte. Almuerzo y bebida.
- Patines de dos ejes, protecciones (casco, muñequeras, coderas y rodilleras).
- Palo de hockey aportado por el Club Patín Alcobendas (traer el propio si se tiene).
- En la mochila: bañador, chanclas y toalla.
- Cumplimentar **ficha de alumno** entregada el primer día de campus.



	Del 29 de junio al 10 de julio (de lunes a viernes)	Del 13 al 24 de julio (de lunes a viernes)	SERVICIO GRATUITO DE RECEPCIÓN Y RECOGIDA	
	HORARIO DEL CAMPUS	HORARIO DEL CAMPUS		
Fútbol Sala (7 a 12 años)		9:00 a 14:00 h.	RECEPCIÓN 8:30 a 9:00 h.	RECOGIDA 14:00 a 14:30 h.
Hockey Patines (5 a 12 años)	9:00 a 14:00 h.			
PRECIOS	Empadronados: 141,80 €	Empadronados: 141,80 €		
	No empadronados: 212,70 €	No empadronados: 212,70 €		

SUPLEMENTO DE COMIDA (de 14:00 a 16:00 h. – recogida de 16:00 a 16:30 h.) (ref. 96)

- Inscripción previa en Campus, requisito obligatorio.
- Al precio del Campus se sumaría el precio del suplemento de comida.
- Plazas limitadas.

Empadronados:

CAMPUS: **141,50 €**

No empadronados:

CAMPUS: **212,30 €**

CAMPUS Y MINICAMPUS TECNIFICACIÓN POLIDEPORTIVO MUNICIPAL JOSÉ CABALLERO



Campus de Esgrima (Ref. 66)

Propuesta del Club Recreativo Esgrima Alcobendas y la Delegación de Deportes. Dirigido a niños de 9 a 13 años.

El arma principal será la espada, conocimientos de florete y sable.

Los alumnos no aportarán el material.

Contenidos: iniciación y perfeccionamiento de las técnicas básicas, fundamentos técnico-tácticos básicos, juegos adaptados, competiciones y esgrima escénica. Recreación en el medio acuático.

Instalación: Polideportivo Municipal José Caballero.

Duración del campus: 5 horas diarias.

Campus de Baloncesto (Ref. 69)

Propuesto por el Club Baloncesto Alcobendas y la Delegación de Deportes. Dirigido a niños de 7 a 12 años. Grupos de edad: 7 a 9 y 10 a 12 años.

Contenidos: iniciación y perfeccionamiento de las técnicas básicas, fundamentos técnico-tácticos, tanto individuales como colectivos, juegos y partidos, etc. Recreación en el medio acuático.

Instalación: Polideportivo Municipal José Caballero.

Duración del campus: 5 horas diarias.

Imprescindible:

- Almuerzo y bebida.
- Vestuario y calzado deportivo. En la mochila: bañador, chanclas y toalla.
- Cumplimentar **ficha de alumno** entregada el primer día del campus.



Imprescindible:

- Almuerzo y bebida.
- Vestuario deportivo, gorra y zapatillas de deporte.
- En la mochila: bañador, chanclas y toalla.
- Cumplimentar **ficha de alumno** entregada el primer día del campus.



	Del 29 de junio al 10 de julio (de lunes a viernes)	Del 13 al 24 de julio (de lunes a viernes)	SERVICIO GRATUITO DE RECEPCIÓN Y RECOGIDA	
	HORARIO DEL CAMPUS	HORARIO DEL CAMPUS		
Esgrima (9 a 13 años)	9:00 a 14:00 h.	9:00 a 14:00 h.		
Baloncesto (7 a 12 años)	9:00 a 14:00 h.			
PRECIOS	Empadronados: 141,80 €	Empadronados: 141,80 €	RECEPCIÓN 8:30 a 9:00 h.	RECOGIDA 14:00 a 14:30 h.
	No empadronados: 212,70 €	No empadronados: 212,70 €		

SUPLEMENTO DE COMIDA (de 14:00 a 16:00 h. – recogida de 16:00 a 16:30 h.) (Ref. 96)

- Inscripción previa en Campus, requisito obligatorio.
- Al precio del Campus se sumaría el precio del suplemento de comida.
- Plazas limitadas.

Empadronados:

CAMPUS: **141,50 €**

No empadronados:

CAMPUS: **212,30 €**



CAMPUS Y MINICAMPUS TECNIFICACIÓN

POLIDEPORTIVO MUNICIPAL JOSÉ CABALLERO

Campus de Triatlón (Ref. 62)

Propuesta del Triatlón Ecosport Alcobendas y la Delegación de Deportes.
Dirigido a niños de 10 a 14 años.

Iniciación y tecnificación en este deporte, compuesto de tres disciplinas: atletismo (carrera), bicicleta y natación.

Contenidos: técnica básica de los tres deportes (carrera, ciclismo y natación), juegos y recreación en el medio acuático.

Instalación: Polideportivo Municipal José Caballero.

Duración del campus: 5 horas diarias.

No requiere prueba de nivel de natación: nivel medio de crol, braza y espalda.

Imprescindible:

- Almuerzo y bebida.
- Vestuario y calzado deportivo.
- En la mochila: bañador, gorro y gafas de natación, chanclas y toalla.
- Complimentar **ficha de alumno** entregada el primer día del campus.



Minicampus de Judo (Ref. 74)

NOVEDAD

Propuesta del Aljuval y la Delegación de Deportes.

Dirigido a niños y niñas de 6 a 13 años.

Arte marcial de contacto. Aprendizaje de caídas, movimientos y técnicas básicas e inmovilizaciones. Juegos y defensa personal aplicados al Judo y recreación en el medio acuático.

Instalación: Polideportivo José Caballero.

Duración del campus: 5 horas diarias.

Imprescindible:

- Almuerzo y bebida.
- Vestuario y calzado deportivo (judogi y cinturón no obligatorio).
- En la mochila: bañador, gorro y gafas de natación, chanclas y toalla.
- Complimentar **ficha de alumno** entregada el primer día del campus.



	Del 22 al 26 de junio (de lunes a viernes)	Del 13 al 24 de julio (de lunes a viernes)	SERVICIO GRATUITO DE RECEPCIÓN Y RECOGIDA	
	HORARIO DEL MINICAMPUS	HORARIO DEL CAMPUS	RECEPCIÓN	RECOGIDA
Triatlón (10 a 14 años)		9:00 a 14:00 h.	8:30 a 9:00 h.	14:00 a 14:30 h.
Minicampus Judo (6 a 13 años)	9:00 a 14:00 h.			
PRECIOS	Empadronados: 85,10 €	Empadronados: 141,80 €		
	No empadronados: 127,70 €	No empadronados: 212,70 €		

SUPLEMENTO DE COMIDA (de 14:00 a 16:00 h. – recogida de 16:00 a 16:30 h.) (Ref. 96)

- Inscripción previa en Campus, requisito obligatorio.
- Al precio del Campus se sumaría el precio del suplemento de comida.
- Plazas limitadas.

Empadronados:

CAMPUS: **141,50 €**

No empadronados:

CAMPUS: **212,30 €**

ACTIVIDADES DE NIÑOS Y JÓVENES

POLIDEPORTIVO MUNICIPAL JOSÉ CABALLERO

Pádel Iniciación de 9 a 14 años (Ref. 64)

Iniciación a este deporte, donde se desarrollan los golpes, desplazamientos, colocación y reglamento.

Dirigido a niños de 9 a 14 años.

Instalación: Polideportivo Municipal José Caballero.

Duración de la clase: 50 minutos.

Requisitos:

- Raqueta de pádel.
- Vestuario y calzado deportivo.

No requiere prueba de nivel de pádel.

Del 29 de junio al 10 de julio, de lunes a viernes.

Hora de inicio de las clases:

- De 9 a 11 años, a las 10:30 h.
- De 12 a 14 años, a las 11:30 h.

Precios por quincena.

- Empadronados: 35,10 €
- No empadronados: 52,70 €

Tenis Iniciación de 7 a 17 años (Ref. 99)

Iniciación a este deporte, donde se desarrollarán los golpes, saques, desplazamientos, juego y reglamento.

Dirigido a niños de 7 a 17 años.

Instalación: Polideportivo Municipal José Caballero.

Duración de la clase: 50 minutos.

Requisitos:

- Raqueta de tenis.
- Vestuario y calzado deportivo.

No requiere prueba de nivel de tenis.

Del 29 de junio al 10 de julio, de lunes a viernes.

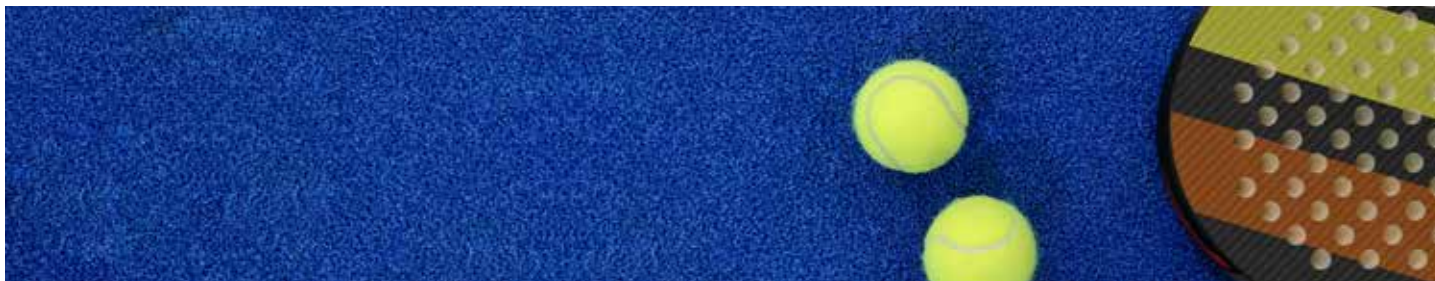
Del 13 al 24 de julio, de lunes a viernes.

Hora de inicio de las clases (1ª y 2ª quincena):

- De 7 a 9 años, a las 10:30 h.
- De 10 a 13 años, a las 11:30 h.
- De 14 a 17 años, a las 12:30 h.

Precios por quincena.

- Empadronados: 19,80 €
- No empadronados: 29,70 €





NIÑOS Y JÓVENES

POLIDEPORTIVO MUNICIPAL JOSÉ CABALLERO

Pádel Adultos Iniciación (Ref. 78)

Iniciación a este deporte donde se desarrollarán los golpes, desplazamientos, colocación y reglamento.

A partir de 18 años.

Instalación: Polideportivo Municipal José Caballero.

Duración de las clases: 50 minutos.

Requisitos:

- Raqueta de pádel.
- Vestuario y calzado deportivo.

No requiere prueba de nivel de pádel.

Del 29 de junio al 10 de julio, de lunes a viernes.

Del 13 al 24 de julio, de lunes a viernes.

Hora de inicio de las clases (1ª y 2ª quincena):

- 19:30, 20:30 y 21:30 h.

Precios por quincena:

- Empadronados: 54,10 €
- No empadronados: 81,20 €

Tenis Adultos Iniciación (Ref. 98)

Iniciación a este deporte donde se desarrollarán los golpes, desplazamientos, colocación y reglamento.

A partir de 18 años.

Instalación: Polideportivo Municipal José Caballero.

Duración de las clases: 50 minutos.

Requisitos:

- Raqueta de tenis.
- Vestuario y calzado deportivo.

No requiere prueba de nivel de tenis.

Del 29 de junio al 10 de julio, de lunes a viernes.

Del 13 al 24 de julio, de lunes a viernes.

Hora de inicio de las clases (1ª y 2ª quincenas):

- 9:30 h.

Precios por quincena:

- Empadronados: 54,10 €
- No empadronados: 81,20 €



ADULTOS

POLIDEPORTIVO MUNICIPAL JOSÉ CABALLERO

Yoga (Ref. 72)

MENSUAL

Actividad compuesta de ejercicios suaves, respiratorios, asanas (posturas) y otras técnicas para principiantes e iniciados. Control mental, concentración y relajación. **A partir de 18 años.**

Instalación: Polideportivo Municipal José Caballero.

Duración de las clases: 60 minutos.

Requisitos: Vestuario y calzado deportivo.

Recomendable traer colchoneta propia.

Del 1 al 29 de julio, lunes y miércoles.

Hora de inicio de las clases:

- 19:00 y 20:00 h.

Del 2 al 30 de julio, martes y jueves.

Hora de inicio de las clases:

- 10:00 h.

Precios:

- Empadronados: 29,40 €

- No empadronados: 44,10 €

Crossfitness (Ref. 82)

MENSUAL

Actividad enfocada a la mejora de la condición física. Intensidad media/alta.

A partir de 18 años.

Curso mensual de dos días a la semana.

Instalación: Polideportivo Municipal José Caballero.

Duración de las clases: 45 minutos.

Requisitos: vestuario y calzado deportivo.

Del 1 al 29 de julio, lunes y miércoles.

Hora de inicio de las clases: 20:00 h.

Precios:

- Empadronados: 29,40 €

- No empadronados: 44,10 €





ADULTOS

POLIDEPORTIVO MUNICIPAL JOSÉ CABALLERO

Boxfitness (Ref. 81)

MENSUAL

Actividad de entrenamiento que combina movimientos y técnicas del boxeo, *kickboxing* y *muay-thai*, sin contacto, con ejercicios de *fitness*.

A partir de 18 años.

Curso mensual de dos días a la semana.

Instalación: Polideportivo Municipal José Caballero.

Duración de las clases: 60 minutos.

Requisitos: vestuario y calzado deportivo.

Del 1 al 29 de julio, lunes y miércoles.

Hora de inicio de las clases: 21:00 h.

Precios:

- Empadronados: 29,40 €
- No empadronados: 44,10 €

Zumba (Ref. 71)

MENSUAL

Mejora la condición física de manera divertida con bailes latinos acompañados de música internacional.

A partir de 18 años.

Curso mensual de dos días a la semana.

Instalación: Polideportivo Municipal José Caballero.

Duración de la clase: 60 minutos.

Requisitos: vestuario y calzado deportivo.

Del 1 al 29 de julio, lunes y miércoles.

Hora de inicio de las clases: 20:00 h.

Precios:

- Empadronados: 29,40 €
- No empadronados: 44,10 €

Pilates Verano (Ref. 04)

MENSUAL

Método gimnástico en el que se trabaja el cuerpo como un todo. Fundamentado en seis principios básicos: Respiración, concentración, centralización, control, precisión y fluidez de movimiento.

A partir de 18 años.

Curso mensual de dos días a la semana.

Instalación: Polideportivo Municipal José Caballero.

Duración de la clase: 60 minutos.

Requisitos: vestuario y calzado deportivo.

Recomendable traer colchoneta propia.

Del 1 al 29 de julio, lunes y miércoles.

Hora de inicio de las clases: 10:00 y 11:00 h.

Del 2 al 30 de julio, martes y jueves.

Hora de inicio de las clases: 18:00 y 19:00 h.

Precios:

- Empadronados: 29,40 €
- No empadronados: 44,10 €



ACTIVIDADES DEPORTIVAS

CIUDAD DEPORTIVA VALDELASFUENTES

ESCUELAS DEPORTIVAS



		1ª QUINCENA 29 de junio al 10 de julio	2ª QUINCENA 13 al 24 de julio
CAMPUS	CAMPUS TAEKWONDO	CAMPUS TAEKWONDO	CAMPUS TAEKWONDO
	CAMPUS KÁRATE	CAMPUS JUDO	CAMPUS JUDO
	CAMPUS JÓVENES	CAMPUS JÓVENES	CAMPUS JÓVENES
	CAMPUS TENIS-PÁDEL	CAMPUS TENIS-PÁDEL	CAMPUS TENIS-PÁDEL
ADULTOS	JULIO		
	YOGA (M/J) (del 2 al 30 de julio)		
	SEPTIEMBRE		
	YOGA (M/J) (del 1 al 25 de septiembre)		

		1ª QUINCENA 29 de junio al 10 de julio	2ª QUINCENA 13 al 24 de julio	3ª QUINCENA 27 de julio al 7 de agosto
CAMPUS	CAMPUS DEPORTIVO (5 a 14 años)	CAMPUS DEPORTIVO (5 a 14 años)	CAMPUS DEPORTIVO (5 a 11 años)	CAMPUS DEPORTIVO (5 a 11 años)
	NATACIÓN BEBÉS	NATACIÓN BEBÉS		
	NATACIÓN INFANTIL (4-6 AÑOS)	NATACIÓN INFANTIL (4-6 AÑOS)		
ACUÁTICAS NIÑOS	NATACIÓN (7-12 AÑOS)	NATACIÓN (7-12 AÑOS)		
	NATACIÓN ADULTOS	NATACIÓN ADULTOS		
ADULTOS	JULIO			
	PILATES (M/J) (del 2 al 30 de julio)			



CAMPUS DEPORTIVOS

CIUDAD DEPORTIVA VALDELASFUENTES

Campus Deportivo Jóvenes (Ref. 75)

Dirigido a jóvenes de 14 a 17 años.

Medio acuático: técnica de estilos, técnicas de salvamento acuático y nado con aletas.

Medio seco: actividades *fitness*, ciclo *indoor* y deportes de equipo.

Instalación: Ciudad Deportiva Valdelasfuentes.

Duración del campus: 2,5 horas diarias.

Imprescindible:

- Vestuario y calzado deportivo.
- En la mochila: bañador, gorro de piscina, chanclas y toalla.
- Cumplimentar **ficha de alumno** entregada el primer día del campus:
 - Teléfono de contacto (móvil, trabajo, casa).
 - Información previa en caso de tratamientos médicos, alergias y otras consideraciones.



	1ª QUINCENA 29 junio al 10 de julio	2ª QUINCENA 13 al 24 de julio
	HORARIO DEL CAMPUS	HORARIO DEL CAMPUS
Campus Deportivo Jóvenes (14 a 17 años)	9:30 a 12:00 h.	9:30 a 12:00 h.
PRECIOS POR QUINCENA	Empadronados: 62,60 €	Empadronados: 62,60 €
	No empadronados: 94,00 €	No empadronados: 94,00 €

CAMPUS TECNIFICACIÓN

CIUDAD DEPORTIVA VALDELASFUENTES

Campus de Kárate (Ref. 05)

Dirigido a niños de 6 a 12 años.

Arte marcial donde se enseñan los diferentes movimientos de defensa y ataque *katas*. Juegos y defensa personal aplicados al kárate y recreación en el medio acuático.

Instalación: Ciudad Deportiva Valdelasfuentes.

Duración del campus: 5 horas diarias.

Campus de Taekwondo (Ref. 93)

Dirigido a niños de 6 a 12 años.

Arte marcial coreano que reúne golpes con los pies, saltando o volando (*taek*), con puños (*won*) y es un arte o manera de ser (*do*).

Juegos y recreación en el medio acuático.

Instalación: Ciudad Deportiva Valdelasfuentes.

Duración del campus: 5 horas diarias.

Campus de Judo (Ref. 74)

Dirigido a niños de 6 a 12 años.

Arte marcial de contacto. Aprendizaje de caídas, movimientos y técnicas básicas e inmovilizaciones. Juegos y defensa personal aplicados al Yudo y recreación en el medio acuático.

Instalación: Ciudad Deportiva Valdelasfuentes.

Duración del campus: 5 horas diarias.

Imprescindible:

- Almuerzo y bebida.
- Vestuario deportivo, gorra y zapatillas de deporte
- En la mochila: bañador, gorro de piscina, chanclas y toalla.
- Cumplimentar **ficha de alumno** entregada el primer día del campus:
 - Teléfono de contacto (móvil, trabajo, casa).
 - Información previa en caso de tratamientos médicos, alergias y otras consideraciones.



	1ª QUINCENA 29 junio al 10 de julio	2ª QUINCENA 13 al 24 de julio
	HORARIO CAMPUS	HORARIO CAMPUS
Taekwondo (6 a 12 años)	9:00 a 14:00 h.	9:00 a 14:00 h.
Kárate (6 a 12 años)	9:00 a 14:00 h.	
Judo (6 a 12 años)		9:00 a 14:00 h.
PRECIOS POR QUINCENA	Empadronados: 141,80 €	Empadronados: 141,80 €
	No empadronados: 212,70 €	No empadronados: 212,70 €

SERVICIO GRATUITO DE RECEPCIÓN: 8:30 a 9:00 h. **Y RECOGIDA:** 14:00 a 14:30 h.
LUGAR Y RECEPCIÓN DE RECOGIDA: Plaza de entrada de la C.D. Valdelasfuentes



CAMPUS TECNIFICACIÓN

CIUDAD DEPORTIVA VALDELASFUENTES

Campus de Tenis y Pádel (Ref. 67)

Dirigido a niños de 8 a 13 años. Grupo de edad: 8 a 10 y 11 a 13 años.

Fundamentos técnicos, tácticos, juegos, etc; recreación en el medio acuático.

Instalación: Ciudad Deportiva Valdelasfuentes.

Duración del campus: 5 horas diarias.

Imprescindible:



- Almuerzo y bebida.
- Raquetas de tenis y pádel.
- Vestuario deportivo, gorra y zapatillas de deporte.
- En la mochila: bañador, gorro de piscina, chanclas y toalla.
- Complimentar **ficha de alumno** entregada el primer día de campus:
 - Teléfono de contacto (móvil, trabajo, casa).
 - Información previa en caso de tratamientos médicos, alergias y otras consideraciones.



	1ª QUINCENA 29 junio al 10 de julio	2ª QUINCENA 13 al 24 de julio
	HORARIO DEL CAMPUS	HORARIO DEL CAMPUS
Tenis y Pádel (8 a 13 años)	9:00 a 14:00 h.	9:00 a 14:00 h.
PRECIOS POR QUINCENA	Empadronados: 141,80 €	Empadronados: 141,80 €
	No empadronados: 212,70 €	No empadronados: 212,70 €
SERVICIO GRATUITO DE RECEPCIÓN: 8:30 a 9:00 h. Y RECOGIDA: 14:00 a 14:30 h.		
LUGAR Y RECEPCIÓN DE RECOGIDA: Plaza de entrada de la C.D. Valdelasfuentes		

SUPLEMENTO DE COMIDA taekwondo, kárate, judo, tenis y pádel (de 14:00 a 16:30 h.) (Ref. 96)

- Inscripción previa en Campus, requisito obligatorio.
- Al precio del Campus se sumaría el precio del suplemento de comida.
- Plazas limitadas.

	Empadronados:	No empadronados:
CAMPUS:	141,50 €	212,30 €

ADULTOS

CIUDAD DEPORTIVA VALDELASFUENTES

Yoga (Ref. 92)

MENSUAL

Ejercicios suaves, respiratorios, asanas (posturas) y otras técnicas para principiantes e iniciados.

Control mental, concentración y relajación.

A partir de 18 años.

Curso mensual de dos días a la semana.

Instalación: Ciudad Deportiva Valdelasfuentes.

Duración de la clase: 60 minutos.

Requisitos: vestuario y calzado deportivo.

Del 2 al 30 de julio, martes y jueves.

- 11:00, 19:00 y 20:00h.

Del 1 al 25 de septiembre, martes y jueves.

- 11:00, 19:00 y 20:00 h.

Precios:

- Empadronados: 29,40 €

- No empadronados: 44,10 €





CAMPUS DEPORTIVO

CIUDAD DEPORTIVA VALDELASFUENTES

Campus Deportivo (Ref. 9052)

Dirigido a niños de 5 a 14 años.

Existen tres grupos de edad: 5 a 7, 8 a 10 y 11 a 14 años. Quincenas de julio.

Instalación: Ciudad Deportiva Valdelasfuentes.

Medio acuático: técnica de estilos de natación, según niveles, y juegos recreativos.

Medio seco: juegos y deportes alternativos, técnicas básicas de deportes convencionales, actividades con música que desarrollan el ritmo y la coordinación.

Duración del campus:

5 horas diarias (de 9:00 a 14:00 h.) Sin comida.

7 horas y media diarias (de 9:00 a 16:30 h.). Con comida.

Requisitos

- Estar dado de alta en el Abono Deporte.
- Inscripción en la actividad.
- Vestuario y calzado deportivo.
- En la mochila: bañador, gorro de piscina, chanclas y toalla.

Imprescindible:

- Almuerzo y bebida.
- Cumplimentar **ficha de alumno** entregada el primer día de campus:
 - Teléfono de contacto (móvil, trabajo, casa).
 - Información previa en caso de tratamientos médicos, alergias y otras consideraciones.



	1ª QUINCENA 29 junio al 10 de julio	2ª QUINCENA 13 al 24 de julio	3ª QUINCENA 27 julio al 7 de agosto
	HORARIO CAMPUS		HORARIO CAMPUS
Deportivo (5 a 7 años)	9:00 a 14:00 h. Sin comida 9:00 a 16:30 h. Con comida		9:00 a 14:00 h. De 5 a 6 años
Deportivo (8 a 10 años)			9:00 a 14:00 h. De 7 a 8 años
Deportivo (11 a 14 años)			9:00 a 14:00 h. De 9 a 11 años
PRECIOS POR QUINCENA	83,50 € Sin comida 200,50 € Con comida		83,50 € Sin comida

SERVICIO GRATUITO DE RECEPCIÓN: 8:30 a 9:00 h. **Y RECOGIDA:** 14:00 a 14:30 h. Con comida:
16:30 h. **LUGAR Y RECEPCIÓN DE RECOGIDA:** Plaza de entrada C.D. Valdelasfuentes

ACTIVIDADES ACUÁTICAS BEBÉS Y NIÑOS Y NIÑAS

CIUDAD DEPORTIVA VALDELASFUENTES

Natación Bebés de 6 a 47 meses (Ref. 9034)

Familiarización del bebé con el medio acuático en compañía de uno de sus padres.

Un acompañante adulto por bebé inscrito.

La actividad se realiza en piscina climatizada.

Duración de la clase: 30 minutos.

Instalación: Ciudad Deportiva Valdelasfuentes.

Nivel 1: de 6 a 23 meses.

Nivel 2: de 24 a 47 meses.

Bañador, toalla, gorro y zapatillas de piscina.

Requisitos:

- Estar dado de alta en el Abono Deporte (bebé y adulto acompañante).
- Inscripción en la actividad.

Natación Infantil (4 a 6 años) (Ref. 9036)

Familiarización con el medio acuático, experimentando y descubriendo un nuevo elemento. Búsqueda de la autonomía: **aprender a nadar.**

Dirigido a niños de 4 a 6 años.

Duración de la clase: 45 minutos.

Instalación: Ciudad Deportiva Valdelasfuentes.

Niveles 0 (no sabe nadar)

Niveles 1 (nada algo en piscina profunda)

No se requiere prueba de nivel.

Bañador, toalla, gorro y zapatillas de piscina.

Requisitos:

- Estar dado de alta en el Abono Deporte (*).
- Inscripción en la actividad.

(*) Los niños accederán a la piscina acompañados por un adulto abonado.

Natación de 7 a 12 años (Ref. 9057)

Familiarización con el medio acuático, experimentando y descubriendo un nuevo elemento. Búsqueda de la autonomía: **aprender a nadar.**

Dirigido a niños de 7 a 12 años.

Duración de la clase: 45 minutos.

Instalación: Ciudad Deportiva Valdelasfuentes.

Niveles 0 (no sabe nadar)

No se requiere prueba de nivel.

Bañador, toalla, gorro y zapatillas de piscina.

Requisitos:

- Estar dado de alta en el Abono Deporte (*).
- Inscripción en la actividad.

(*) Los niños accederán a la piscina acompañados por un adulto abonado.

	1ª QUINCENA	2ª QUINCENA	PRECIOS POR QUINCENA
	29 junio al 10 de julio	13 al 24 de julio	
	HORA DE INICIO DE LAS CLASES	HORA DE INICIO DE LAS CLASES	
Natación Bebés nivel 1 (6 a 23 meses)		17:00 h.	15,90 €
Natación Bebés nivel 2 (24 a 47 meses)		17:30 h.	
Natación Infantil nivel 0 (4 a 6 años)		18:00 h.	
Natación Infantil nivel 1 (4 a 6 años)		18:45 h.	
Natación nivel 0 (7 a 12 años)		19:30 h.	

ADULTOS

CIUDAD DEPORTIVA VALDELASFUENTES

Natación Adultos (Ref. 9035)

Dos niveles: iniciación y perfeccionamiento

A partir de 18 años.

Instalación: Ciudad Deportiva Valdelasfuentes.

Duración de la clase: 45 minutos.

Nivel 1: grupo de iniciación.

Aprendizaje de las habilidades básicas.

No requiere prueba de nivel.

Nivel 2: grupo de perfeccionamiento.

Perfeccionamiento de habilidades y estilos:

Crol, braza y espalda (piscina profunda).

Requiere prueba de nivel (mínimo, nivel 2).

Pruebas de nivel: viernes de 17:00 a 17:45 h.

Requisitos:

- Estar dado de alta en el Abono Deporte.
- Inscripción en la actividad.
- Bañador, toalla, gorro y zapatillas de piscina.

Del 29 de junio al 10 de julio, de lunes a viernes.

Del 13 al 24 de julio, de lunes a viernes.

Hora de inicio de las clases (1ª y 2ª quincenas):

- Nivel 1: a las 20:15 h.
- Nivel 2: a las 21:00 h.

Precio por quincena: 18,20 €

Pilates (Ref. 9040)

MENSUAL

Método gimnástico en el que se trabaja el cuerpo como un todo. Fundamentado en seis principios básicos: respiración, concentración, centralización, control, precisión y fluidez de movimiento.

A partir de 18 años.

Instalación: Ciudad Deportiva Valdelasfuentes.

Duración de las clases: 60 minutos.

Curso mensual de dos días a la semana.

Requisitos:

- Estar dado de alta en el Abono Deporte.
- Inscripción en la actividad.
- Vestuario deportivo.

Del 2 al 30 de julio, martes y jueves.

Horarios de inicio de las clases:

10:00 y 19:00 h.

Precio: 28,40 €





FECHAS DE INSCRIPCIÓN

Forma de inscripción: telemática en alcobendas.org, telefónica y presencial.

Natación, actividades deportivas y campus:

- Empadronados a partir del 26 de mayo.
- No empadronados, a partir del 4 de junio.

Actividades verano con abono deporte:

- Campus Deportivos, a partir del 26 de mayo.
- Resto de actividades, a partir del 28 de mayo.

IMPORTANTE

Para realizar la inscripción telemática, los solicitantes deberán identificarse utilizando el sistema Cl@ve, certificado electrónico o DNI electrónico. Para realizar el registro presencial de Cl@ve se puede acudir sin cita previa a las oficinas del Servicio de Atención Ciudadana del Ayuntamiento.

DESCUENTOS

- Los deportistas federados en clubes locales tendrán precio de empadronado en las escuelas deportivas o en campus deportivos que se corresponden con la especialidad de su ficha deportiva.
- Descuento de un 30% a familias inscritas en el Registro Municipal de Familias Numerosas de Alcobendas, aplicable a cursos y campus de escuelas deportivas municipales hasta que los hijos cumplan la edad de 21 años.
- Descuento del 50% en el segundo hijo y gratuidad del tercero y siguientes aplicable a aquellos hijos que hayan nacido a la vez de familias empadronadas en Alcobendas (gemelos, trillizos) hasta su mayoría de edad.
- Cursos monográficos: se les aplicará un 20% de descuento a los titulares del Abono Deporte.

CRITERIOS DE EDAD

Para la inscripción en cualquiera de las actividades ofertadas, se ha de tener cumplida la edad requerida antes del 1 de agosto de 2026.

INFORMACIÓN E INSCRIPCIONES:

Telemáticas

En www.alcobendas.org / Trámites-Sede

Presenciales

POLIDEPORTIVO MUNICIPAL JOSÉ CABALLERO

Avenida de la Transición Española, 7.

Lunes a jueves: de 8:30 a 21:00 h.

Viernes: de 8:30 a 14:00 y de 15:30 a 20:00 h.

Del 15 de julio hasta el 31 de agosto:

de lunes a viernes, de 8:30 a 14:30 h.

CIUDAD DEPORTIVA VALDELASFUENTES

C/ Miguel de Cervantes, 4.

Lunes a jueves: de 8:30 a 21:00 h.

Viernes: de 8:30 a 14:00 y de 15:30 a 20:00 h.

Del 15 de julio hasta el 31 de agosto:

de lunes a viernes, de 8:30 a 14:30 h.

Telefónicas (SAC)

- **010** (coste de llamada según operadora de telefonía).
- **91 296 90 88**

Horario de atención:

de lunes a viernes: de 8:30 a 14:30 y de 16:00 a 19:00 h.

Julio y agosto, tardes sin servicio.

BAJAS Y DEVOLUCIONES

Bajas y devoluciones

La comunicación de la baja deberá realizarse antes del inicio de la actividad. La cantidad a devolver será el importe cobrado.

Una vez iniciada la actividad, sólo se devolverá parte de la cuota pagada por anticipado cuando el usuario solicite la baja en base a enfermedad grave o prolongada del alumno o alumna, justificada mediante documento médico oficial.

En caso de haber asistido a la actividad más del 50% del tiempo establecido, no procederá la devolución.

La información completa sobre bajas y devoluciones también se puede consultar en la página web del Ayuntamiento:

www.alcobendas.org

La inscripción en la actividad otorga al Ayuntamiento de Alcobendas el permiso para usar, publicar, exponer, producir, duplicar y distribuir reproducciones fotográficas y grabaciones de audio/vídeo (en cualquier tipo de formato) realizadas durante el desarrollo de las actividades para un uso divulgativo y deportivo, respetando en todo momento el derecho al honor, a la intimidad personal y a la propia imagen de los usuarios, siempre y cuando se cumpla lo preceptuado por la normativa de la LOPD.





2

**Colonias, Campamentos,
Talleres Creativos, Escuelas de
Verano, Premonitores, Turismo
Juvenil, Open Days, Colonias
de integración**



El Ayuntamiento ha organizado para el periodo estival colonias urbanas, campamentos infantiles y juveniles, escuelas de verano, talleres creativos y un curso de premonitores. Una oferta para que las familias de Alcobendas concilien **las vacaciones laborales con las escolares y una oportunidad para toda la población infantil, adolescente y juvenil**, que buscan un verano repleto de experiencias, aprendizajes y diversión.

COLONIAS URBANAS DE JULIO Y AGOSTO

Información general

Edades:

De 4 a 11 años (fecha de nacimiento entre 2015 y 2022).

Fechas:

Del 1 al 15 de julio, del 16 al 31 de julio, del 3 al 14 de agosto y del 17 al 31 de agosto.

Lugares:

- Colegios Públicos en julio: Bachiller Alonso López, Castilla, Daoiz y Velarde, Emilio Casado, Antonio Machado y Valdepalitos.
- Colegio Público en agosto: CEIP Antonio Machado.

Servicios, precios y horarios

Quincena de colonia	Horarios	Empadronados Alcobendas
Colonia	De 9:00 a 14:00 h. (A)	72 €
SUPLEMENTOS		
Primeras aventuras	De 7:30 a 9:00 h. (B)	26,50 €
Comida	De 14:00 a 15:00 h. (C)	31,50 €
Últimas aventuras	De 15:00 a 16:00 h. (D)	7,05 €



(A) Existe flexibilidad en el horario de entrada, de 9 a 9:30 h.

El precio incluye: tentempié de media mañana, actividades, piscina, cine, talleres, juegos y materiales específicos.

(B) Este servicio incluye desayuno.

(C) Existe flexibilidad en el horario de salida de 15 a 15:30 h.

(D) Existe flexibilidad en el horario de salida de 16 a 16:30 h.

No se puede contratar exclusivamente los suplementos sin la actividad de colonia, ni es posible contratar días sueltos.

El desayuno, tentempié y comida se lleva a cabo a través de un servicio de catering. No todos los tipos de dieta pueden ser garantizados.

En caso de disponibilidad de plazas para trabajadores de Alcobendas y no empadronados, se informará en la web municipal de los precios correspondientes reflejados en los Precios Públicos Alcobendas 2026.

Solicitud de número de sorteo colonias

Inscripción sin pago para la obtención de número de sorteo para empadronados: **del 30 de marzo desde las 8:30 horas hasta el 8 de abril a las 14 horas.**

Se realiza Online: www.alcobendas.org (necesario Cl@ve, certificado digital o DNI electrónico). Para solicitar su acceso a Cl@ve puede acudir sin cita previa a las oficinas del Servicio de Atención Ciudadana del Ayuntamiento.

Si tiene dificultades para realizar el trámite, puede llamar al 010 o al 91 296 90 88 (si llama desde un móvil o desde fuera de Alcobendas).

Normativa para el sorteo

1. Solo se podrá obtener un único número de sorteo por participante.
2. En un mismo formulario se podrán solicitar hasta 4 números de sorteo para 4 participantes diferentes en la misma actividad.
3. Se podrá seleccionar un número máximo de 10 opciones por orden de preferencia de quincena y/o colegio.
4. El número que salga en el sorteo será el primero a partir del cual se asignarán las plazas correspondientes.
5. **Fecha del sorteo: 15 de abril. Se publicará en www.alcobendas.org**

Inscripciones y pago

- **Online:** www.alcobendas.org (necesario Cl@ve, certificado digital o DNI electrónico).
- **Fechas:** del 17 de abril desde las 8:30 h. hasta el 22 de abril a las 14 h.
- A través de **Mis Inscripciones**, para aquellas personas cuyos números hayan sido asignados por sorteo a la colonia correspondiente.
- Durante la inscripción, se seleccionarán los suplementos adicionales a la colonia (Primeras Aventuras, comida y Últimas Aventuras).
- **No existe posibilidad de cambios ni ampliación de suplementos en Colonias.**
- Las personas no agraciadas en el sorteo quedarán en lista de espera.
- Toda la información y normativa en imagonalcobendas.org y en alcobendas.org
- **Las familias interesadas en solicitar un apoyo específico en las colonias urbanas deben contactar con APAMA a través del correo electrónico ocio@apama.es y el teléfono 689 762 371**



CAMPAMENTOS



Campamentos Náuticos

El programa permite descubrir y practicar modalidades como vela ligera, windsurf, kayak y paddle surf, así como disfrutar de actividades recreativas en el agua como paddle gigante, hidropedales y banana sky. La propuesta se completa con talleres, juegos, actividades deportivas, veladas y excursiones, favoreciendo la convivencia, el desarrollo personal y la diversión en un entorno natural incomparable.

Infantil

Edades: 9 a 12 años (fecha de nacimiento entre 2017 y 2014).

Fechas: del 11 al 17 de julio.

Lugar: Los Alcázares (Murcia).

Plazas: 72

Reunión informativa: 9 de junio. 17:30 h. en Ciudad Deportiva Valdela Fuentes.

Precio:

-Empadronados: 304 €

-Trabajadores: 381,27 €

-Resto: 608 €

Juvenil

Edades: 15 a 17 años (fecha de nacimiento entre 2011 y 2009).

Fechas: del 18 al 24 de julio de 2026.

Lugar: Los Alcázares (Murcia).

Plazas: 72

Reunión informativa: 9 de junio. 19:30 h. en Ciudad Deportiva Valdela Fuentes.

Precio:

-Empadronados: 304 €

-Trabajadores: 381,27 €

-Resto: 608 €

Adolescente

NOVEDAD

Edades: 13 a 15 años (fecha de nacimiento entre 2013 y 2011)

Fechas: del 1 al 8 de agosto de 2026.

Lugar: Oliva.

Plazas: 72

Reunión informativa: 16 de junio. 17:30 h. en Ciudad Deportiva Valdela Fuentes.

Precio:

-Empadronados: 318 €

-Trabajadores: 381,27 €

-Resto: 635,45 €

Campamento Multiaventura

Programa de actividades de ocio y tiempo libre complementadas con la práctica de diferentes deportes acuáticos (coastering, aquaesports, aquagym), multiaventura (escalada, rappel, tirolesa, senderismo, tiro con arco) así como yincanas y juegos en consonancia con el entorno (veladas y excursión a Estartit y Pou de Glaç).

Lugar: La Bisbal d'Empordà (Gerona).

Precio:

- Empadronados: 280 €
- Trabajadores: 336 €
- Resto: 560 €

Infantil

Edades: 9 a 12 años (fecha de nacimiento entre 2017 y 2014).

Fechas: del 17 al 26 julio de 2026.

Plazas: 70

Adolescente

Edades: 13 a 16 años (fecha de nacimiento entre 2013 y 2010)

Fechas: del 25 de junio al 4 de julio de 2026.

Plazas: 80

Reunión informativa infantil y adolescente

10 de junio a las 17:30 h. en Ciudad Deportiva Valdelasfuentes.

Campamento de Naturaleza y Medioambiente Infantil

Un campamento pensado para compartir en el medio natural, realizando rutas por el entorno, observando la naturaleza, contemplando las estrellas en la noche de vivac y participando en diferentes talleres creativos, deportes y actividades de educación ambiental. Dejando espacio para actividades multiaventura y acuáticas.

Fechas: del 17 al 24 de julio de 2026.

Edades: 7 a 11 años (fecha de nacimiento entre 2019 y 2015).

Lugar: La Vera Cáceres.

Plazas: 45

Reunión informativa: 17 de junio. 18:30 h. en Ciudad Deportiva Valdelasfuentes.

Precio:

- Empadronados: 215 €
- Trabajadores: 258 €
- Resto: 430 €



SORTEO, PAGO Y DOCUMENTACIÓN PARA LOS CAMPAMENTOS

Preinscripción/solicitud de número de sorteo de los campamentos

Preinscripción para la obtención del número de sorteo para empadronados: **del 10 al 20 de abril**.

A través de: www.alcobendas.org (necesario Cl@ve, certificado digital o DNI electrónico).

Para solicitar su acceso a Cl@ve puede acudir sin cita previa a las oficinas del Servicio de Atención Ciudadana del Ayuntamiento.

Aporte de documentación necesaria para finalizar la inscripción de campamentos

Es **OBLIGATORIO** enviar la siguiente documentación durante el trámite de inscripción:

- Autorización de campamentos cumplimentada y firmada.
- Copia de la tarjeta sanitaria.
- Copia del DNI del participante (obligatorio para mayores de 14 años).

Normativa para el sorteo

1. Solo se podrá obtener un único número de sorteo para una única actividad por participante.
2. En un mismo formulario se podrán solicitar hasta 4 números de sorteo para 4 participantes diferentes en la misma actividad.
3. El número que salga en cada uno de los sorteos será el primero a partir del cual se asignarán el número de las plazas correspondientes a cada uno de los campamentos.
4. **Fecha del sorteo: 22 de abril (consultar alcobendas.org).**

Inscripciones y pago

Inscripciones online con pago: del 24 de abril al 30 de abril para aquellas personas cuyos números hayan sido asignados por sorteo en el campamento correspondiente.

A través de www.alcobendas.org (necesario Cl@ve, certificado digital o DNI electrónico).

Para solicitar su acceso a Cl@ve puede acudir sin cita previa a las oficinas del Servicio de Atención Ciudadana del Ayuntamiento.

Las personas no agraciadas en el sorteo quedarán en lista de espera.

Toda la información y normativa en alcobendas.org y imaginalcobendas.org



Artes Escénicas

Vive dos semanas intensas de creación escénica en un entorno divertido y seguro, donde tú opinión es fundamental... Exploraremos teatro, movimiento, voz, humor e improvisación para que descubras recursos que ya tienes y aún no usas. Entrenarás la confianza, la comunicación y el trabajo en equipo mientras haces grupo y creas pequeñas piezas para compartir. Un taller-festival para expresarte, reírte y salir con nuevos amigos.

Horario: de 10 a 14 h.

Danza Urbana

Aprenderemos nuevas técnicas de baile urbano. Un espacio cuya finalidad es alentar y enriquecer el mundo de la danza a todos los niveles. Te enseñaremos a prepararte para un espectáculo, te mostraremos el mundo de la danza urbana más de cerca. Trabajos, vestuarios, preparación y todo lo que conlleva, además de aprender en un espacio divertido con los mejores profesionales.

Horario: de 10:30 a 13:30 h.

Fechas

Del 1 al 15 de julio.

Edad

De 12 a 17 (Nacidos desde 2014 a 2009).

Lugar:

Escuela de música y danza.

Precio por quincena

- **Empadronados:** 70 €
- **Trabajadores:** 84 €
- **Resto:** 140 €





ESCUELAS DE VERANO

Arte

Taller artístico con aproximación a la lengua inglesa que emplea el arte como medio para favorecer el desarrollo de la creatividad y las aptitudes artísticas. Se realizan actividades y juegos adaptados mediante la exploración de las artes visuales (cerámica, pintura, dibujo, escultura...). La escuela es semanal, los contenidos son diferentes en cada semana y te puedes inscribir a tantas semanas como desees abonando la tarifa correspondiente.

Fechas: por semanas del 22 de junio al 24 de julio.

Horario: de lunes a viernes, de 9 a 14 h.

Edad: de 5 a 10 años (nacidos desde 2016 a 2021).

Lugar: Centro de Arte Alcobendas.

Circo

Un espacio seguro y muy divertido practicarás las siguientes técnicas circenses: malabares, acrobacias, trapecio, aro aéreo, equilibrios, telas. La escuela es semanal, los contenidos son diferentes en cada semana y te puedes inscribir a tantas semanas como desees abonando la tarifa correspondiente.

Fechas: por semanas del 13 al 31 de julio.

Horario: de 9:30 a 14 h. (entrada flexible de 9 a 9:30 h.)

Edad: de 4 a 12 años, según grupos. Imprescindible tener cumplidos 4 años al inicio de la actividad.

Lugar: Invernadero Arroyo de la Vega.

Precio por semana de Escuelas de Verano:

- **Empadronados:** 40 €
- **Trabajadores:** 48 €
- **Resto:** 80 €

Naturaleza

Actividades donde se podrá conocer de una manera lúdica y participativa, la mejor forma de cuidar y respetar el medio ambiente.

Fechas: por quincenas del 22 de junio al 3 de julio, del 6 al 17 de julio, del 20 al 31 de julio.

Horario: de 10 a 13 h.

Edad: de 6 a 12 años.

Lugar: Aula de Naturaleza.

Precio: GRATUITO y dirigido a empadronados en Alcobendas.



INSCRIPCIONES ESCUELAS DE VERANO Y TALLERES CREATIVOS

Telemáticas

Empadronados: del 20 de mayo al 21 de junio.

Resto: del 29 de mayo al 21 de junio.

En: www.alcobendas.org (necesario Cl@ve, certificado digital o DNI electrónico).

NORMATIVA PARA EL PAGO DE COLONIAS, CAMPAMENTOS, TALLERES CREATIVOS Y ESCUELAS DE VERANO

Información general

- Si el número de plazas ocupadas en una actividad no llega a un número mínimo de participantes, la actividad no se llevará a cabo, realizándose la devolución del importe abonado íntegro.
- Según normativa de Precios Públicos no se inscribirán personas con recibos pendientes de pago.
- El pago fraccionado se aplica para importes superiores a 250 € y únicamente para personas empadronadas. Se puede abonar en uno o tres recibos. Se cobrará el primer recibo en el momento de la inscripción y los otros, en los meses sucesivos.
- El pago se realizará a través de tarjeta bancaria.
- Imprescindible contar con una cuenta de correo electrónico para hacerle llegar los justificantes de prerregistro, sorteo, inscripción y del pago.
- En caso de no realizar el pago en las fechas indicadas, **la plaza preasignada se perderá**.
- Descuentos de familias numerosas: 20% para todos los hijos/as de las familias numerosas de Alcobendas, debidamente inscritas en el registro de familias numerosas del Ayuntamiento.
- Para considerar empadronado a un menor deberá tener esta consideración el mismo/a y uno de sus padres o tutores legales, excepto si se demuestra documentalmente que los padres viven fuera de la Comunidad de Madrid, mediante certificado de empadronamiento.

Bajas y devoluciones

Según normativa de Precios Públicos:

Deberá comunicarlo en el SAC: 010* o 91 296 90 88 (desde fuera de Alcobendas o móvil).

Si la comunicación de la baja se realiza:

- **Antes de 15 días hábiles****, se devolverá el importe abonado menos 12 € por gastos administrativos
- **Desde 15 hasta 7 días hábiles**** antes del comienzo de la actividad, se devolverá el importe abonado, menos 36 €, que se reservan para sufragar gastos del proceso administrativo ante el incremento de gestión administrativa.
- **7 días hábiles** o menos** antes del comienzo de la actividad, no habrá derecho a devolución.

****el sábado y el domingo no se considera hábil.**

Consulta la información completa sobre bajas y devoluciones en la página web del Ayuntamiento: www.alcobendas.org

Importante

Si tiene dificultades para realizar los trámites de Colonias, Campamentos, Escuelas y Talleres de verano o desea ampliar información, puede llamar al 010* o al 91 296 90 88 (si llama desde un móvil o desde fuera de Alcobendas).

*coste de la llamada según tarifa de su compañía telefónica.

CURSO DE PREMONITORES



Premonitores

Una oportunidad para dar los primeros pasos en el Tiempo Libre de una forma práctica y divertida. Aprenderás a organizar actividades, dinamizar juegos y trabajar en equipo mientras compartes la experiencia con otros jóvenes de tu edad. Además, el programa incluye una salida con pernocta en albergue, como parte de la experiencia formativa y de convivencia del curso. Una propuesta formativa gratuita diferente para aprender, participar y disfrutar este verano.

Edad: de 14 a 17 años.

Fechas: del 22 al 26 de junio.

Horario: De 10 a 14 h.

Lugar: Imagina (lunes, martes y miércoles). Salida al albergue (jueves y viernes).

Precio: GRATUITO (dirigido a empadronados en Alcobendas).

Inscripciones

Empadronados del 11 al 27 de mayo.

Listado de admitidos 8 de junio.

A través de www.imaginalcobendas.org



CAMINO DE SANTIAGO (FRANCÉS)

Edad: Jóvenes de 18 a 30 años.

Fechas: del 5 al 11 de julio

Ruta: Camino de Santiago Francés.

Precio:

- **Empadronados:** 300 €
- **Trabajadores:** 360 €
- **Resto:** 600 €

El precio incluye: Transporte de ida y vuelta desde Alcobendas en autobús, alojamiento en pensión, albergue u hostel de la zona en la que se termine cada día la etapa, guía acompañante y pensión completa (desayuno, almuerzo, comida, merienda y cena) excepto las comidas de los días de ida y vuelta que se realizarán in itinere. Incluye seguro de responsabilidad civil, coche de apoyo, credencial del peregrino y transporte de mochilas.

Reunión informativa: 25 de junio en Imagina.



Inscripciones

Telemáticas

Del 27 de abril al 21 de junio.

A través de www.alcobendas.org (necesario Cl@ve, certificado digital o DNI electrónico).





OPEN DAYS, DIAS CON DESCUENTOS EN PARQUES TEMÁTICOS

Este verano, disfruta de los descuentos especiales que ofrecen los parques temáticos de Madrid a los vecinos de Alcobendas.

Se presentará el DNI o empadronamiento en las taquillas/acceso de los parques para acreditar el empadronamiento. Válido para la persona empadronada y tres más. Ofertas válidas para los días indicados. Promociones no acumulables a otros descuentos.

Las entradas se podrán comprar online, más información y código descuentos, disponibles en www.imaginalcobendas.org.

Parque de Atracciones

Fechas: 23 y 24 de mayo.

Precio: 22,90 € por persona o entrada por menú 34,80 €.

www.parquedeatracciones.es

Faunia

Fechas: 27 y 28 de junio.

Precio: 16,90 € por persona o entrada con menú a 26,90 €.

www.faunia.es

Aquópolis Villanueva de la Cañada

Fechas: 2 y 3 de julio.

Precio: 19,50 € por persona.

www.villanueva.aquopolis.es



ATL (Atlantis Aquarium Madrid)

Fechas: 18 y 19 de julio.

Precio: 9,90 € por persona.

www.atlantisaquarium-madrid.es

Parque Warner

Fechas: 22 y 23 de agosto.

Precio: 29 € por persona.

www.parquewarner.com

Zoo Aquarium

Fechas: 12 y 13 de septiembre.

Precio: 19,90 € por persona o entrada con menú a 30,60 €.

www.zoomadrid.com

Información general

Esta actividad se integra en las colonias de Infancia, Adolescencia y Juventud. Tiene como finalidad continuar, durante el periodo estival, con el trabajo que se viene realizando desde los servicios sociales con los niños y sus familias.

Edades: niños de cuatro a 11 años.

Fechas: meses de julio y agosto.

Lugar: en un colegio público.

Precio: GRATUITAS.

Inscripciones: se realizarán en el departamento de Servicios Sociales del Ayuntamiento de Alcobendas (C/ Libertad, 6), previa comunicación con el profesional de referencia de cada familia.

COLONIA DE EDUCACIÓN ESPECIAL PARA PERSONAS CON DISCAPACIDAD

El Ayuntamiento apoyará a las familias con hijos con necesidad de educación especial para que estos participen en actividades de ocio y tiempo libre y se favorezcan la autonomía personal y la relación social con el grupo de iguales, al tiempo que se facilita la conciliación de la vida laboral de sus familias.

Este apoyo se realizará a través de tramitación de ayuda económica a las familias, quienes deberán realizar una solicitud al departamento de Servicios Sociales acompañada de presupuesto, por escrito, del campamento urbano al que deseen llevar a sus hijos (en el que indiquen las fechas, el horario, las actividades y el precio de este), así como documentación acreditativa de la situación sociofamiliar que se considere imprescindible para la tramitación de la ayuda.

Desde Servicios Sociales se valorará la posibilidad de apoyar con el pago de dicha actividad.

Los participantes deben acudir a centros o aulas específicas de educación especial durante el curso escolar.

Las personas o familias interesadas deberán solicitar información sobre cómo solicitar la ayuda en Servicios Sociales (C/ Libertad, 6, teléfono 91 663 70 01 o a través de la cuenta de correo ssociales@aytoalcobendas.org).

El plazo para realizar las solicitudes será de 30 días tras la publicación de esta información.





3

**Conciliación laborales
no lectivos**

Este programa pretende mejorar la calidad de la educación en Alcobendas atendiendo las necesidades de conciliación entre los calendarios escolar y laboral de las familias.

Destinado al alumnado de centros de infantil (segundo ciclo) y primaria escolarizados o empadronados en Alcobendas, así como al alumnado que, no estando empadronado ni matriculado en centros de la ciudad sus padres/tutores trabajan en empresas radicadas en Alcobendas.

Los niños realizan actividades de ocio y tiempo libre: expresión dinámica y plástica, de naturaleza y medioambiente, de deporte y recreación, de cuentacuentos y habilidades sociales, y juegos.

Fechas: del 22 al 30 de junio y del 1 de septiembre hasta el inicio del curso escolar 2026-2027 (aún por publicar el calendario escolar la Comunidad de Madrid).

Horario: de 7:30 a 18:30 h.

Lugar: periodo de junio y periodo de septiembre en el CEIP Valdepalitos.

Precio (incluyendo desayuno y comida): para usuarios empadronados o escolarizados en Alcobendas y usuarios con padres o tutores trabajadores en empresas que tengan firmado el Convenio por el Fomento del Empleo con el Ayuntamiento de Alcobendas, 11,15 €/día; y para usuarios con padres/tutores trabajadores en Alcobendas, 25,50 €/día.

Inscripciones:

Telemáticas a través de www.alcobendas.org Necesario Cl@ve, certificado digital o DNI electrónico). Para solicitar acceso a Cl@ve puede acudir, sin cita previa, a las oficinas del SAC del Ayuntamiento. Para los días de junio el periodo de inscripción será del 1al 16 de junio, y para el periodo de septiembre será del 1 de julio al 25 de agosto.





4

Actividades
de verano para
las personas mayores

Taller de cestería

Del 8 al 12 de junio.

De 10 a 13 h en el Centro de Personas Mayores María Zambrano (C/ Daoiz, 11).

Aprenderás a realizar cestas de mimbre para diferentes usos. Ya verás como es una tarea de coser y cantar. Ya sabes que quien hace un cesto hace ciento, si le dan lugar y tiempo...

Colonias de abus y peques

Del 22 al 25 de junio.

Actividades orientadas a las personas mayores que quieran disfrutar con sus nietos de un tiempo de calidad en la primera semana de vacaciones escolares. Este campus ofrece la posibilidad de compartir diferentes propuestas de ocio para llevar una "abuelidad saludable" y facilitar la conciliación familiar.

El campus incluirá distintas actividades de creatividad, excursiones, juegos y piscina.

Para niños entre 6 y 12 años.

Actividad gratuita (solo se abonará el precio de las excursiones, si las hubiera).

Caminata veraniega

17 y 24 de junio; 1, 8 y 15 de julio.

De 9:30 a 10:30 h. C/ Marqués de la Valdavia, junto a la parada de metro.

Para comenzar el día en compañía, caminando y charlando. Se saldrá de la calle Marqués de la Valdavia, junto a la parada del metro.

No hace falta inscripción y sí muchas ganas de caminar y disfrutar en grupo.

Taller de amigurumi

Del 6 al 10 de julio.

De 9:30 a 11 h. Centro de Personas Mayores María Zambrano (C/ Daoiz, 11).

Aprenderás a crear adorables objetos en 3 dimensiones con punto de ganchillo.

Por amor a la música de los 70

7, 8 y 9 de julio.

De 11 a 12:30 h. Centro de Personas Mayores María Zambrano (C/ Daoiz, 11).

Disfruta de la música que más te gusta.

Taller de filigranas de papel

Del 13 al 17 de julio.

De 9:30-11:00 h Centro de Personas Mayores Ramón Rubial (Plaza de Ramón Rubial).

Espacio donde aprenderemos a crear diseños decorativos con tiras finas de papel.

Ludoteca de verano

Todos los martes y jueves de agosto.

De 10:30 a 12 h. Centro de Personas Mayores Pedro González Guerra (C/ Orense, 5).

Espacio de encuentro y convivencia donde compartir un tiempo entretenido alrededor de distintos juegos de mesa.

Información general

- Todas las actividades de esta sección son gratuitas.
- Inscripciones telefónicas y presenciales en todos los Centros de Mayores desde el 15 de junio de 10:30 a 14:00 h.
- Asignación por orden de llegada hasta cubrir plazas.

A group of people, including children and adults, are running away from the camera in a grassy field during sunset. The sun is low on the horizon, creating a warm, golden glow and long shadows. The people are in various running poses, with arms and legs extended. The background is a clear, light blue sky.

5

Cultura y ocio

Cultura y ocio

Como todos los veranos, tendremos una amplia oferta cultural para disfrutar del periodo estival:

- Cine de verano.
- Muestra de Títeres y teatro de calle.
- La Noche de San Juan.
- Fotonoché.
- Día Europeo de la Música.
- Conciertos.
- Fiestas regionales.
- Exposiciones.
- Y mucho más...

La agenda con toda la programación se publicará en la revista municipal *SietedíaS* y en alcobendas.org

Escuela Municipal de Música y Danza

Festival de Danza de adultos.

Viernes 5 de junio, en el Teatro Auditorio

La Música conquista las calles de Alcobendas

Será uno de los platos fuertes, se realizará a partir del 6 de junio. La información se podrá seguir en el programa que se publicará en los medios de comunicación municipales.

Festival de Danza Infantil

Domingo 7 de junio, en el Centro Municipal La Esfera.

Manuel de Falla, 150 años

Viernes 12 de junio, en el Auditorio Paco de Lucía del Centro de Arte.

Teatro musical: La familia Adams

Domingo 14 de junio, en el Centro Municipal La Esfera.

Más información sobre estas actividades en la revista *SietedíaS* y en alcobendas.org.



Programación sujeta a cambios que se publicarán en la revista *SietedíaS*, en alcobendas.org y en redes sociales municipales.



2026