

PROGRAMA CUIDA'T							
CONDICIONAMENT FISIC			PILATES				
Grup	Instal·lació	Dia	Hora	Grup	Instal·lació	Dia	Hora
116	PAV 3 ZEM Rbla Celler	Dilluns	11.00 a 12.00	44	Sala D'ARTS MARCIALS	Dimarts	9.30 a 10.30
102	PAV 3 ZEM Rbla Celler	Dimarts	9.30 a 10.30	69	Sala D'ARTS MARCIALS	Dimarts	10.30 a 11.30
103	PAV 3 ZEM Rbla Celler	Dimarts	10.30 a 11.30	60	Sala D'ARTS MARCIALS	Dimarts	11.30 a 12.30
113	PAV 3 ZEM Rbla Celler	Dimecres	9.30 a 10.30	51	Sala D'ARTS MARCIALS	Dijous	9.30 a 10.30
107	PAV 3 ZEM Rbla Celler	Dimecres	10.30 a 11.30	70	Sala D'ARTS MARCIALS	Dijous	10.30 a 11.30
110	PAV 3 ZEM Rbla Celler	Dijous	9.30 a 10.30	61	Sala D'ARTS MARCIALS	Dijous	11.30 a 12.30
117	PAV 3 ZEM Rbla Celler	Dijous	11.30 a 12.30				
112	PAV 3 ZEM Rbla Celler	Divendres	11.00 a 12.00				
IOGA			RITMES LLATINS				
Grup	Instal·lació	Dia	Hora	Grup	Instal·lació	Dia	Hora
52	Sala D'ARTS MARCIALS	Dilluns	10.00 a 11.00	114	PAV 3 ZEM Rbla Celler	Dilluns	10.00 a 11.00
98	Sala D'ARTS MARCIALS	Dilluns	11.00 a 12.00	115	Sala Canigó	Dilluns	11.00 a 12.00
04	Sala D'ARTS MARCIALS	Dimecres	10.30 a 11.30	118	PAV 3 ZEM Rbla Celler	Dimarts	11.30 a 12.30
09	Sala D'ARTS MARCIALS	Dimecres	11.30 a 12.30	119	Sala Canigó (Ritmes Inicial)	Dimecres	10.30 a 11.30
				35	PAV 3 ZEM Rbla Celler	Dimecres	11.30 a 12.30
				27	PAV 3 ZEM Rbla Celler	Dijous	10.30 a 11.30
				120	PAV 3 ZEM Rbla Celler	Divendres	10.00 a 11.00
TAI-XI			TXI-KUNG				
Grup	Instal·lació	Dia	Hora	Grup	Instal·lació	Dia	Hora
58	Sala Canigó	Dilluns	10.00 a 11.00	121	Sala Canigó	Dimarts	10.00 a 11.00
81	Sala Canigó	Dimarts	11.00 a 12.00				
111	Sala Canigó	Dijous	10.00 a 11.00				
90	Sala Canigó	Dijous	11.00 a 12.00				
			MOBILITAT I CONSCIENCIA				
Grup	Instal·lació	Dia	Hora	Grup	Instal·lació	Dia	Hora
				49	Sala Canigó	Divendres	11.00 a 12.00

PROGRAMA ACTIVAT							
CONDICIONAMENT FISIC			PILATES				
Grup	Instal·lació	Dia	Hora	Grup	Instal·lació	Dia	Hora
30	Escola CIUTAT D'ALBA	Dilluns	19.00 a 20.00	63	Escola COLLSEROLA	Dilluns	19.00 a 20.00
02	Escola CIUTAT D'ALBA	Dilluns	20.00 a 21.00	62	Escola GERBERT D'ORLHAC	Dilluns	20.00 a 21.00
06	Escola COLLSEROLA	Dimarts	20.00 a 21.00	91	Escola OLIVERA	Dilluns	20.30 a 21.30
17	Escola CIUTAT D'ALBA	Dimecres	19.00 a 20.00	65	Escola GERBERT D'ORLHAC	Dilluns	21.00 a 22.00
10	Escola OLIVERA	Dimecres	19.30 a 20.30	41	Escola TURÓ CAN MATES	Dimecres	19.00 a 20.00
11	Escola OLIVERA	Dimecres	20.30 a 21.30	07	Escola COLLSEROLA	Dimecres	19.30 a 20.30
31	Escola CIUTAT D'ALBA	Dimecres	20.00 a 21.00	85	Escola TURÓ CAN MATES	Dimecres	20.00 a 21.00
01	Escola TURÓ CAN MATES	Dijous	20.00 a 21.00	38	Escola CIUTAT D'ALBA	Dijous	19.00 a 20.00
IOGA			ZUMBA				
Grup	Instal·lació	Dia	Hora	Grup	Instal·lació	Dia	Hora
97	Sala D'ARTS MARCIALS	Dilluns	16.20 a 17.20	43	Escola COLLSEROLA	Dilluns	20.00 a 21.00
71	Escola OLIVERA	Dilluns	19.30 a 20.30	24	Escola OLIVERA	Dimarts	19.30 a 20.30
12	Escola TURÓ CAN MATES	Dilluns	19.00 a 20.00	25	Escola OLIVERA	Dimarts	20.30 a 21.30
13	Escola TURÓ CAN MATES	Dilluns	20.00 a 21.00	20	Escola TURÓ CAN MATES	Dimarts	19.00 a 20.00
86	Escola COLLSEROLA	Dimarts	19.00 a 20.00	64	Escola COLLSEROLA	Dijous	19.00 a 20.00
93	Sala D'ARTS MARCIALS	Dimecres	16.20 a 17.20	23	Escola CIUTAT D'ALBA	Dijous	19.00 a 20.00
14	Escola GERBERT D'ORLHAC	Dimecres	19.00 a 20.00	66	Escola CIUTAT D'ALBA	Dijous	20.00 a 21.00
05	Escola GERBERT D'ORLHAC	Dimecres	20.00 a 21.00	68	Escola COLLSEROLA	Dijous	20.00 a 21.00
80	Escola GERBERT D'ORLHAC	Dimecres	21.00 a 22.00				
72	Escola OLIVERA	Dijous	19.30 a 20.30				
TAI-XI							
Grup	Instal·lació	Dia	Hora				
94	Escola CIUTAT D'ALBA	Dimarts	19.00 a 20.00				
50	Escola CIUTAT D'ALBA	Dimarts	20.00 a 21.00				

PROGRAMA FES ESPORT							
BADMINTON			MARXA NORDICA				
Grup	Instal·lació	Dia	Hora	Grup	Instal·lació	Dia	Hora
74	Institut PLA I FARRERAS	Dilluns	19.30 a 20.30	29	Ubicació itinerant	Dilluns	9.30 a 11.30
18	Institut PLA I FARRERAS	Dilluns	20.30 a 21.30	28	Ubicació itinerant	Dilluns	12.00 a 14.00
42	Institut PLA I FARRERAS	Dimecres	20.00 a 21.00	37	Ubicació itinerant	Dijous	9.00 a 11.00
ESCOLA DE PADEL*							
Grup	Instal·lació	Dia	Hora				
	Pistes ZEM Jaume Tubau	Dimarts	16.30 a 17.30				
	Pistes ZEM Jaume Tubau	Dimarts	18.30 a 19.30				
	Pistes ZEM Jaume Tubau	Dimecres	18.30 a 19.30				
	Pistes ZEM Jaume Tubau (Avançat)	Divendres	16.30 a 17.30				
	Pistes ZEM Jaume Tubau (Joves)	Divendres	18.30 a 19.30				
			RUNNING				
			Grup	Instal·lació	Dia	Hora	
			22	Escola GERBERT D'ORLHAC	Dimarts	19.00 a 21.00	
			26	Escola GERBERT D'ORLHAC	Dijous	19.00 a 21.00	
			MULTISPORTS				
			Grup	Instal·lació	Dia	Hora	
			79	Escola JOAN MARAGALL (Dones)	Dilluns	18.15 a 19.15	
			78	Escola CATALUNYA	Dilluns	20.15 a 21.15	
			75	Escola CATALUNYA	Dijous	19.00 a 20.00	

TIPUS	QUOTA MENSUAL	DESCOMPTE
Una hora setmanal de classe	14,19 €	20% per família nombrosa o monoparental i 50% majors de 65 anys o pensionistes (NO acumulatius)
Dues hores setmanals de classe	28,38 €	
Tres hores o més setmanals de classe	42,57 €	
* Escola de Pàdel (1 hora setmanal)	37,47 €	20% per família nombrosa o monoparental

INSTAL·LACIÓ	ADREÇA	BARRI	TELEFON
PAV 3 ZEM Rbla. Del Celler	Passatge del Baró Coubertin, 3	SANT CUGAT	93 565 70 99
Sala Canigó	Dos de Maig, 31	SANT CUGAT	93 565 70 99
Escola Catalunya	Crta. San Cugat a Papiol, 140	MIRA-SOL	93 589 82 03
Escola Ciutat d'Alba	C. Pere Ferrer, 5	MIRA-SOL	93 576 40 33
Escola Collserola	C Abat Biure, 44	SANT CUGAT	93 589 84 78
Escola Gerbert d'Orlhac	Josep Vicenç Foix, 34	SANT CUGAT	93 589 67 13
Sala d'Arts Marcials	Pg. Baró de Coubertin, 3 (sota PAV III)	SANT CUGAT	93 565 70 99
Escola Turó de Can Mates	Josep Irla, 50	MIRA-SOL	93 590 02 03
Institut Pla i Farreras	Avda. Ragull, 45-49	SANT CUGAT	93 587 94 39
Escola Olivera	Passeig Mare de la Font, 2	SANT CUGAT	93 647 27 26

NORMATIVA general

Altes, modificacions i baixes:

- Al llarg del curs, les noves altes es podran gestionar mensualment. La data límit per inscriure's serà el dia 30 de cada mes, per tal d'iniciar l'activitat el mes següent.
- Les persones usuàries poden canviar de grup, d'activitat, augmentar o disminuir les hores per setmana sempre que hi hagi disponibilitat. Caldrà informar prèviament a l'OMET i obtenir-ne la conformitat per escrit abans del dia 30 de cada mes.
- Les persones usuàries poden donar-se de baixa en qualsevol moment del curs. Per fer efectiva la baixa, cal emplenar el formulari en línia que trobareu a la pàgina web de l'OMET, o bé presencialment a l'oficina
- En el moment de tramitar la baixa a una activitat o al servei, es perd l'antiguitat d'aquesta tret que estigui justificada amb un informe mèdic.
- La data límit per tramitar la baixa és el dia 30 de cada mes.

Sistema de cobrament

- La forma de pagament serà mitjançant domiciliació bancària a l'Ajuntament de Sant Cugat mitjançant l'ORGT de la Diputació de Barcelona. El rebut es girarà entre l'1 i el 5 a mes vençut.
- La devolució de 2 rebuts domiciliats consecutius ocasionarà la pèrdua de la condició de persona usuària. Per recuperar-la caldrà abonar els imports pendents i les despeses de devolució.
- Per tramitar descomptes o aplicar preus especials es requereix la documentació pertinent que recull l'ordenança de preus públics i haurà de ser degudament presentada en temps i forma.

Assegurança

- L'assegurança dona cobertura anual per a totes les activitats del programa i és requisit imprescindible per participar-hi.

Condicions d'assistència i comportament:

- La ràtio d'assistència trimestral haurà de superar el 55% per activitat als programes Activa't i Fes Esport, i del 25% pel programa Cuida't, del contrari se'n tramitarà la baixa.
- La durada de cada sessió és de 55 minuts; els darrers 5 minuts serveixen per a la sortida del grup i l'entrada del següent, assegurant l'inici puntual de la classe.
- Es demana puntualitat per respecte al grup i a la dinàmica de l'activitat, especialment a ioga, tai-txi, txi-kung i pilates. No s'hauria d'accedir a la sala passats 10 minuts de l'inici.
- Cal respectar les instal·lacions i el material: utilitzar les papereres, deixar el mobiliari al seu lloc i informar el/la professor/a de qualsevol desperfecte.
- Per motius higiènics es recomana portar mafeja pròpia o, si no és possible, una tovallola gran per cobrir la del centre per a les activitats que ho requereixin. També, el deure de portar pels propis a l'activitat de marxa nòrdica, així com raqueta/pala a les activitats de bàdminton i pàdel respectivament.
- Es demana vestir roba i calçat adequats a l'activitat i seguir les indicacions del personal docent.

Anul·lacions i recuperacions:

- Si hi ha qualsevol canvi d'horari o s'anul·la alguna classe per motius interns, l'oficina avisarà els usuaris i les usuàries per correu electrònic i/o missatge el més aviat possible abans de començar l'activitat.
- Heu de tenir en compte que durant el curs els centres escolars poden modificar puntualment l'horari o cancel·lar alguna activitat segons les seves necessitats. Aquests canvis seran degudament notificats i no tenen dret a recuperació.
- Només es recuperaran les classes que hagin estat anul·lades per motius interns de l'oficina. El personal tècnic us comunicarà el dia que es recuperarà aquesta classe.
- Les classes que coincideixin amb dies festius no es recuperaran.
- La persona que, per motius personals no pugui assistir a una classe, no podrà recuperar-la anant a un altre horari a què no estigui inscrit/a.
- Aquelles activitats que per inscripció o per baixes tinguin una inscripció inferior al 6 persones usuàries seran anul·lades.

INFORMACIÓ I INSCRIPCIONS

Oficina Municipal d'Esport per a tothom (OMET), Passatge del Baró Coubertin (entre els pavellons esportius PAV 1 i PAV 3)
Tel. 93 565 70 99 de dilluns a divendres de 10.00 a 13.00 i de 16.00 a 19.00 Dissabtes de 10.00 a 13.00
omet@santcugat.cat www.omet.santcugat.cat