



**Ayuntamiento de Santo Domingo de la Calzada**

---

# **PROGRAMA VERANO DEPORTIVO 2024**





# SECCIONADO POR EDADES

## ACTIVIDADES PARA NIÑOS (Hasta 13 años, cumplidos)

### CURSOS

#### CURSO DE NATACIÓN

8 de julio al 16 de agosto.

### ACTIVIDADES/TALLERES

#### PADDLE SUR EN PISCINA

10 de julio

#### DÍA DE PLAYA EN CASTRO URDIALES

20 de julio

#### EXHIBICIÓN DE ULTIMATE FRISBEE

27 y 28 de julio

#### VISITA A GETARIA Y SURF EN ZARAUZ

3 de agosto

#### SENDERISMO MARCHA NOCTURNA

24 de agosto

### COMPETICIONES

#### VOLEY INFANTIL

17 de julio

#### AJEDREZ

2 de agosto

#### TORNEO DE TENIS DE MESA

5 al 7 de agosto

#### OLIMPIADAS RURALES

10 de agosto

#### CARRERA DE SAN ROQUE

14 de agosto

#### TORNEO DE PETANCA

21 de agosto

## ACTIVIDADES PARA JÓVENES Y ADULTOS (A partir de 14 años cumplidos)

### CURSOS

#### CURSO DE NATACIÓN

8 de julio al 16 de agosto.

#### PONTE EN FORMA

8 de julio al 22 de agosto

#### ENTRENAMIENTO EN CIRCUITO

8 de julio al 21 de agosto.

#### PILATES

8 de julio al 1 de agosto

#### ZUMBA

9 de julio al 22 agosto

#### AQUAGYM

9 de julio al 13 de agosto

#### YOGA

10 de julio al 23 de agosto

#### STEP

12 de julio al 23 de agosto

### ACTIVIDADES/TALLERES

#### PADDLE SUR EN PISCINA

10 de julio

#### RUTA DE MONTAÑA (BARRANCO S. MIGUEL - TURZA)

14 de julio

#### DÍA DE PLAYA EN CASTRO URDIALES

20 de julio

#### RUTA DE MONTAÑA (LAS CURVAS - CENTRAL DEL AGUILA)

21 de julio

#### CARRERA DE MONTAÑA NOCTURNA

25 de julio

#### EXHIBICIÓN DE ULTIMATE FRISBEE

27 y 28 de julio

#### RUTA DE MONTAÑA (PRADOLUENGO - N. DEL RIO OROPESA)

28 de julio

#### VISITA A GETARIA Y SURF EN ZARAUZ

3 de agosto

#### 23ª SUBIDA A SAMPOL

4 de agosto

#### RUTA DE MONTAÑA (VILLAR DE TORRE - S. MILLAN)

18 de agosto

#### SENDERISMO MARCHA NOCTURNA

24 de agosto

### COMPETICIONES

#### TORNEO VOLEY ADULTOS

18 de julio

#### IV TORNEO DE PÁDEL

19 al 28 de julio

#### AJEDREZ

2 de agosto

#### TORNEO DE TENIS DE MESA

5 al 7 de agosto

#### TORNEO DE FRONTENIS

7 al 13 de agosto

#### OLIMPIADAS RURALES

10 de agosto

#### CARRERA DE SAN ROQUE

14 de agosto

#### BALONCESTO 3x3

17 de agosto

#### TORNEO DE PETANCA

22 de agosto



## Ayuntamiento de Santo Domingo de la Calzada

### ACTIVIDADES PARA MAYORES (Mayores de 65)

#### CURSOS

**SANTO DOMINGO ACTIVO**  
**PILATES**  
**YOGA**  
**YOGA SILLA**

8 de julio al 21 agosto  
9 de julio al 1 de agosto  
10 de julio al 23 de agosto  
12 de julio al 23 de agosto

#### ACTIVIDADES/TALLERES

**DÍA DE PLAYA EN CASTRO URDIALES**  
**VISITA A GETARIA Y SURF EN ZARAUZ**  
**SENDERISMO MARCHA NOCTURNA**

20 de julio  
3 de agosto  
24 agosto

#### COMPETICIONES

**AJEDREZ**  
**TORNEO DE TENIS DE MESA**  
**TORNEO DE FRONTENIS**  
**TORNEO DE PETANCA**

2 de agosto  
5 al 7 de agosto  
7 al 13 de agosto  
22 de agosto





# **SECCIONADO POR TIPOLOG.**

## **CURSOS**

**CURSO DE NATACIÓN  
PONTE EN FORMA  
ENTRENAMIENTO EN CIRCUITO  
PILATES  
ZUMBA  
SANTO DOMINGO ACTIVO  
AQUAGYM  
YOGA  
YOGA SILLA  
STEP**

## **ACTIVIDADES / TALLERES**

**PADDLE SURF EN PISCINA  
RUTA DE MONTAÑA (BARRANCO SAN MIGUEL - TURZA)  
RUTA DE MONTAÑA (LAS CURVAS-CENTRAL DEL AGUILA)  
DÍA DE PLAYA EN CASTRO URDIALES  
CARRERA DE MONTAÑA NOCTURNA  
EXHIBICIÓN DE ULTIMATE FRISBEE  
RUTA DE MONTAÑA (PREDOLUENGO – NACEDERO DEL RIO OROPESA)  
VISITA A GETARIA Y SURF EN ZARAUZ  
23ª SUBIDA A SAMPOL  
RUTA DE MONTAÑA (VILLAR DE TORRE – SAN MILLAN DE LA COGOLLA)  
SENDERISMO MARCHA NOCTURNA**

## **COMPETICIONES**

**VOLEY INFANTIL  
VOLEY ADULTOS  
IV TORNEO DE PADEL: STO. DOMINGO DE LA CALZADA  
AJEDREZ  
TORNEO DE TENIS DE MESA  
TRONEO DE FRONTENIS ADULTOS  
OLIMPIADAS RURALES  
CARRERA POPULAR SAN ROQUE  
BOLONCESTO 3X3  
TORNEO DE PETANCA INFANTIL  
TORNEO DE PETANCA ADULTOS**



# PROGRAMA COMPLETO

### CURSOS

#### \* CURSO DE NATACIÓN

(ICONO CALENDARIO): Curso 1: 8 a 19 de julio (lunes a viernes). Curso 2: 22 de julio al 2 de agosto (lunes a viernes). Curso 3: 5 al 16 de agosto (lunes a viernes).

(ICONO RELOJ): 11:00h a 11:45h: Adultos, 11:45h a 12:15h Avanzado (propulsión y técnica de los estilos) e Intermedio (1 grupo) (flotación y respiración), 12:20h a 12:50h Intermedio (2 grupos) (flotación y respiración), 12:55h a 13:25h iniciación (2 grupos) (familiarización en el medio acuático, 13:30 a 14:00h iniciación (2 grupos) (familiarización en el medio acuático)

(ICONO LUGAR): Piscinas Municipales

(ICONO INSCRIPCIÓN): desde 25 junio.

(ICONO INSCRIPCIÓN 2): Iniciación e Intermedio 6 plazas por curso y nivel, Avanzado y Adulto 8 plaza por curso y nivel.

(ICONO PRECIO): 20,00€, que se abonarán en la taquilla de las piscinas antes del comienzo del curso.

(ICONO EXCLAMACIÓN): Se requiere bañador y chanclas. En la mochila protección solar, agua, chanclas, toalla y ropa para cambiarse.

Este curso está planteado para niños, jóvenes y adultos con el fin de adquirir las habilidades del medio acuático o de mejorar la técnica en los estilos.

#### \*PONTE EN FORMA (LUNES Y MIÉRCOLES)

(ICONO CALENDARIO): lunes y miércoles, del 8 de julio al 21 de agosto

(ICONO RELOJ): 09:30h

(ICONO LUGAR): Parque IX Centenario

(ICONO DESTINATARIOS): A partir de 16 años

(ICONO INSCRIPCIÓN): desde 25 de junio

(ICONO INSCRIPCIÓN 2): plazas limitadas

(ICONO PRECIO): Gratuito.

(ICONO EXCLAMACIÓN): Se requiere calzado y vestuario deportivo.

Sesiones de intensidad moderada y progresiva a lo largo del verano cuyo objetivo es empezar el día con energía, mantener un estado de forma óptimo y consolidar el ejercicio físico como un hábito. La actividad está dirigida a personas con un estado de forma medio y permitirá aprender a desarrollar tareas preservando la salud.

#### \*PONTE EN FORMA (MARTES Y JUEVES)

(ICONO CALENDARIO): martes y jueves, del 9 de julio al 22 de agosto

(ICONO RELOJ): 09:30h

(ICONO LUGAR): Parque IX Centenario

(ICONO DESTINATARIOS): A partir de 16 años

(ICONO INSCRIPCIÓN): desde 25 de junio.

(ICONO INSCRIPCIÓN 2): plazas limitadas

(ICONO PRECIO): Gratuito.

(ICONO EXCLAMACIÓN): Se requiere calzado y vestuario deportivo.

Sesiones de intensidad moderada y progresiva a lo largo del verano cuyo objetivo es empezar el día con energía, mantener un estado de forma óptimo y consolidar el ejercicio físico como un hábito. La actividad está dirigida a personas con un estado de forma medio y permitirá aprender a desarrollar tareas preservando la salud.

#### \*ENTRENAMIENTO EN CIRCUITO

(ICONO CALENDARIO): lunes y miércoles de 8 de julio al 21 de agosto.

(ICONO RELOJ): 20:00h

(ICONO LUGAR): Parque IX Centenario

(ICONO DESTINATARIOS): A partir de 18 años

(ICONO INSCRIPCIÓN 1): desde 25 de junio.

(ICONO INSCRIPCIÓN 2): plazas limitadas

(ICONO PRECIO): Gratuito

(ICONO EXCLAMACIÓN): Se requiere calzado y vestuario deportivo.

El entrenamiento ofrece la posibilidad de combinar diversas técnicas y trabajos fisiológicos para favorecer en mayor medida tu salud y condición física... Esta clase es una sesión intensa y orientada para trabajar de una manera muy completa que genere una práctica social y animada.

#### \*PILATES (TARDES)

(ICONO CALENDARIO): lunes y miércoles, del 8 de julio al 31 de julio

(ICONO RELOJ): 20.00h

(ICONO LUGAR): Pistas de atletismo.



## Ayuntamiento de Santo Domingo de la Calzada

(ICONO DESTINATARIOS): A partir de 16 años

(ICONO INSCRIPCIÓN 1): desde 25 de junio.

(ICONO INSCRIPCIÓN 2): plazas limitadas

(ICONO PRECIO): Gratuito.

(ICONO EXCLAMACIÓN): Se requiere calzado y vestuario deportivo.

A lo largo de diversas sesiones, el curso se centrará en la realización de ejercicios para alcanzar el equilibrio corporal, la estabilidad, la relajación y la firmeza de la columna vertebral con el fin de prevenir molestias en la espalda.

### \*PILATES (MAÑANAS)

(ICONO CALENDARIO): martes y jueves, del 9 de julio al 1 de agosto

(ICONO RELOJ): 9.30h

(ICONO LUGAR): Pistas de atletismo.

(ICONO DESTINATARIOS): A partir de 16 años

(ICONO INSCRIPCIÓN 1): desde 25 de junio.

(ICONO INSCRIPCIÓN 2): plazas limitadas

(ICONO PRECIO): Gratuito.

(ICONO EXCLAMACIÓN): Se requiere calzado y vestuario deportivo.

A lo largo de diversas sesiones, el curso se centrará en la realización de ejercicios para alcanzar el equilibrio corporal, la estabilidad, la relajación y la firmeza de la columna vertebral con el fin de prevenir molestias en la espalda.

### \*ZUMBA

(ICONO CALENDARIO): martes y jueves, del 9 de julio a 22 de agosto

(ICONO RELOJ): 20.00h

(ICONO LUGAR): Polideportivo de Valle del Oja.

(ICONO DESTINATARIOS): A partir de 14 años

(ICONO INSCRIPCIÓN 1): desde 25 de junio.

(ICONO INSCRIPCIÓN 2): plazas limitadas

(ICONO PRECIO): Gratuito.

(ICONO EXCLAMACIÓN): Se requiere calzado y vestuario deportivo.

Esta disciplina, muy presente en el mercado mundial del fitness, es un tipo de ejercicio aeróbico orientado al baile con ritmos fundamentalmente latinoamericanos (salsa, merengue, cumbia, reggaetón,). La zumba desarrolla una serie de rutinas para tonificar el cuerpo utilizando un estilo libre coreografiado en el que se irán sucediendo unos pasos de baile durante cada canción.

### \*SANTO DOMINGO ACTIVO

(ICONO CALENDARIO): lunes y miércoles, de 8 de julio a 21 de agosto

(ICONO RELOJ): 09:30h

(ICONO LUGAR): Parque IX Centenario

(ICONO DESTINATARIOS): A partir de 60 años

(ICONO INSCRIPCIÓN 1): desde 25 de junio.

(ICONO INSCRIPCIÓN 2): plazas limitadas

(ICONO PRECIO): Gratuito

(ICONO EXCLAMACIÓN): Se requiere calzado y vestuario deportivo.

Este taller está destinado al público adulto desde los 60 años que desee realizar actividad física y ejercicio tutelado y dirigido por profesionales. Se realizarán dos sesiones semanales donde se trabajarán ejercicios de resistencia cardiovascular ligera, fortalecimiento muscular, flexibilidad, ritmo, equilibrio y coordinación desde novedosas y atractivas sesiones con juegos, deportes y ocio activo. El objetivo primordial es la lucha contra el sedentarismo, y dotar a los asistentes de mejoras en su autonomía física y enfermedades de tipo crónico (diabetes, hipertensión, osteoporosis...).

### \*AQUAGYM

(ICONO CALENDARIO): martes y jueves, del 9 de julio al 13 agosto

(ICONO RELOJ): 17:30h

(ICONO LUGAR): Piscinas Municipales.

(ICONO DESTINATARIOS): A partir de 12 años

(ICONO INSCRIPCIÓN1): No requiere inscripción

(ICONO PRECIO): Gratuito / No abonado: precio de la entrada

(ICONO EXCLAMACIÓN): Se requiere bañador y protección solar.

El aquagym es un trabajo muscular que se realiza dentro del agua, por lo tanto, de bajo impacto para nuestras articulaciones, que mejora la tonificación general de nuestro cuerpo y la capacidad aeróbica. Se dirige a personas con un nivel de condición física normal, si bien no se recomienda para personas con enfermedades cardíacas, hipertensos o personas con problemas de espalda.

### \*YOGA

(ICONO CALENDARIO): miércoles y viernes, del 10 de julio al 23 de agosto

(ICONO RELOJ): 9:30h

(ICONO LUGAR): Pistas polideportivas.





## Ayuntamiento de Santo Domingo de la Calzada

(ICONO DESTINATARIOS): A partir de 16 años

(ICONO INSCRIPCIÓN 1): desde 25 de junio.

(ICONO INSCRIPCIÓN 2): plazas limitadas

(ICONO PRECIO): Gratuito

(ICONO EXCLAMACIÓN): Se requiere calzado y vestuario deportivo.

Este taller de iniciación a la práctica del yoga integral basado en la sencillez y adaptado a cualquier nivel de condición física, tratará de acercar esta disciplina milenaria a la actualidad de una forma amena y fácil con el fin de experimentar sus numerosos beneficios.

### \*YOGA SILLA (NOVEDAD)

(ICONO CALENDARIO): viernes, del 12 de julio al 23 de agosto

(ICONO RELOJ): 11:00h

(ICONO LUGAR): Pistas polideportivas.

(ICONO DESTINATARIOS): A partir de 65 años

(ICONO INSCRIPCIÓN 1): desde 25 junio.

(ICONO INSCRIPCIÓN 2): plazas limitadas

(ICONO PRECIO): Gratuito

(ICONO EXCLAMACIÓN): Se requiere calzado y vestuario deportivo.

Este taller de iniciación a la práctica del yoga silla basado en la sencillez y adaptado a cualquier nivel de condición física, tratará de acercar esta disciplina milenaria a la actualidad de una forma amena y fácil con el fin de experimentar sus numerosos beneficios.

### \*STEP (NOVEDAD)

(ICONO CALENDARIO): viernes, del 12 de julio al 23 de agosto

(ICONO RELOJ): 9.30 horas

(ICONO LUGAR): Sala de Sevillanas (Margubete)

(ICONO DESTINATARIOS): A partir de 16 años

(ICONO INSCRIPCIÓN): desde 25 de junio.

(ICONO INSCRIPCIÓN 2): plazas limitadas

(ICONO PRECIO): Gratuito

(ICONO EXCLAMACIÓN): Se requiere calzado, vestuario deportivo y un buen estado de forma física.

La actividad está planteada como un ejercicio de impacto medio como complemento para mantener un buen estado de forma. Se enlazarán movimientos gimnásticos y de danza al ritmo de la música con el fin de completar diferentes secuencias coreográficas.

## ACTIVIDADES / TALLERES

### PADDLE SURF EN PISCINA

(ICONO CALENDARIO): martes 10 de julio

(ICONO RELOJ): 17:00h

(ICONO LUGAR): Piscinas Municipales.

(ICONO DESTINATARIOS): Desde 8 años en adelante.

(ICONO INSCRIPCIÓN 1): No requiere inscripción.

(ICONO PRECIO): Gratuito / No abonado: precio de la entrada

(ICONO EXCLAMACIÓN): Se requiere bañador y protección solar.

Disfruta de esta divertida actividad en la piscina, se podrá practicar el surf de pala con plena garantía y supervisado por técnicos cualificados para lograr deslizarse por el agua de pie sobre una tabla de surf apoyándose con una pala. Pondremos a disposición de los usuarios tablas de surf con monitores que te guiarán para descubrir otra manera de disfrutar del agua.

### \*BARRANCO SAN MIGUEL - TURZA

(ICONO CALENDARIO): Domingo 14 julio

(ICONO RELOJ): 9.00 horas a 14:00 horas

(ICONO LUGAR): EZCARAY, Frontón de Tenorio.

(ICONO DESTINATARIOS): A partir de 16 años

(ICONO INSCRIPCIÓN 1): del 25 de junio al 11 de julio

(ICONO INSCRIPCIÓN 2): 25 plazas

(ICONO PRECIO): Gratuito

(ICONO EXCLAMACIÓN): Se requiere calzado y vestuario deportivo. En la mochila: protección solar, agua, almuerzo y gorra

(ICONO SENDERISTA): ☑ Distancia: 11 Km ☑ Desnivel: 450m ☑ Tipo de marcha: Circular. ☑ Dificultad: Baja/Media. **Desplazamiento desde Sto. Domingo en coches particulares.**

### \*LAS CURVAS – CENTRAL DEL AGUILA

(ICONO CALENDARIO): domingo 21 julio

(ICONO RELOJ): 8.00 horas a 15.00 horas

(ICONO LUGAR): Parada de autobuses de detrás del Ayto. SANTO DOMINGO DE LA CALZADA



## Ayuntamiento de Santo Domingo de la Calzada

(ICONO DESTINATARIOS): A partir de 16 años

(ICONO INSCRIPCIÓN 1): del 25 de junio hasta 18 de julio

(ICONO INSCRIPCIÓN 2): 20 plazas

(ICONO PRECIO): 5€

(ICONO EXCLAMACIÓN): Se requiere calzado y vestuario deportivo. En la mochila: protección solar, agua, almuerzo y gorra

(ICONO SENDERISTA): ☑ Distancia: 8 Km ☑ Desnivel: 370 m ☑ Tipo de marcha: Lineal. ☑ Dificultad: Media. **Desplazamiento en autobús.**

### \*DÍA DE PLAYA EN CASTRO URDIALES

(ICONO CALENDARIO): sábado 20 de julio

(ICONO RELOJ): De 9.00h a 21.00h

(ICONO LUGAR): Parada de autobuses de detrás del Ayuntamiento.

(ICONO DESTINATARIOS): Todas las edades.

(ICONO INSCRIPCIÓN 1): del 25 de junio al 16 de julio

(ICONO INSCRIPCIÓN 2): 100 plazas.

(ICONO PRECIO): 10€

(ICONO EXCLAMACIÓN): Todo menor de 18 años deberá ir acompañado de un responsable del mismo.

No pierdas esta oportunidad de asistir a la playa de Castro Urdiales para disfrutar del Cantábrico en una jornada de sábado

### \*CARRERA DE MONTAÑA NOCTURNA

(ICONO CALENDARIO): jueves 25 de julio

(ICONO RELOJ): 22:00 horas

(ICONO LUGAR): Zonas naturales del municipio.

(ICONO DESTINATARIOS): Todas las edades a partir de 16 años

(ICONO INSCRIPCIÓN 1): desde el 25 de junio al 24 de julio.

(ICONO PRECIO): Gratuito

(ICONO EXCLAMACIÓN): Se requiere calzado y vestuario deportivo. Frontal para marcha nocturna.

Si te gusta la montaña y la carrera esta es tu actividad. Una actividad que te enseñará a ser mejor corredor, mejor amante de la montaña, más saludable y un correcamino que no tiene límites. Nuestro campeón Ángel Riaño te enseñará a apreciar y a amar esta disciplina con todo su empeño y éxitos. No hay mejor manera de disfrutar del verano que paseando y corriendo por las sendas de nuestra localidad.

### \*ULTIMATE FRISBEE

(ICONO CALENDARIO): 27 y 28 de julio

(ICONO RELOJ): sábado 27: 10:00 a 18.00 h, domingo 28: 10.00 a 14.00h

(ICONO LUGAR): Piscinas Municipales.

(ICONO PRECIO): Gratuito / No abonado: precio de la entrada

### \*PRADOLUENGO – NACEDERO DEL RIO OROPESA

(ICONO CALENDARIO): Domingo 28 julio

(ICONO RELOJ): 8.00 horas a 15.00 horas

(ICONO LUGAR): Parada de autobuses de detrás del Ayto. SANTO DOMINGO DE LA CALZADA

(ICONO DESTINATARIOS): A partir de 16 años

(ICONO INSCRIPCIÓN 1): del 25 de junio hasta 26 de julio

(ICONO INSCRIPCIÓN 2): 25 plazas

(ICONO PRECIO): Gratuito

(ICONO EXCLAMACIÓN): Se requiere calzado y vestuario deportivo. En la mochila: protección solar, agua, almuerzo y gorra

(ICONO SENDERISTA): ☑ Distancia: 12 Km ☑ Desnivel: 550 m ☑ Tipo de marcha: Circular Lineal. ☑ Dificultad: Media. **Desplazamiento desde Sto. Domingo en coches particulares.**

### \*VISITA A GETARIA Y SURF EN ZARAUZ (NOVEDAD)

(ICONO CALENDARIO): sábado 3 de agosto.

(ICONO RELOJ): de 9.00h a 21.00h

(ICONO LUGAR): Parada de autobuses de detrás del Ayuntamiento

(ICONO DESTINATARIOS): A partir de 12 años

(ICONO INSCRIPCIÓN 1): del 25 de junio al 30 de julio

(ICONO INSCRIPCIÓN 2): 100 plazas

(ICONO PRECIO): Desde 10€ (con solo el autobús).

(ICONO EXCLAMACIÓN): Todo menor de 18 años deberá ir acompañado de un responsable del mismo.

No pierdas esta oportunidad de asistir a la playa de Zarauz para disfrutar del Cantábrico en una jornada de surf y conocer Getaria

### \*23ª SUBIDA A SAMPOL

(ICONO CALENDARIO): domingo 4 de agosto

(ICONO RELOJ): 9.00 a 15.00 h





## Ayuntamiento de Santo Domingo de la Calzada

(ICONO LUGAR): Plaza del Santo

(ICONO DESTINATARIOS): A partir de 14 años

(ICONO INSCRIPCIÓN 1): desde el 25 de junio hasta el 2 de agosto

(ICONO INSCRIPCIÓN 2): Limitadas

(ICONO PRECIO): Gratuito

(ICONO EXCLAMACIÓN): Se requiere calzado y vestuario deportivo. En la mochila: protección solar, agua y gorra.

(ICONO SENDERISTA): Distancia: 15 km · Altitud mínima: 639 m. · Altitud máxima: 1.094 m. · Desnivel: 455 m. · Tipo de marcha: Circular · Dificultad: media

Desde 2003 se celebra esta marcha que lleva a los participantes al punto más alto del término municipal de Santo Domingo de la Calzada. Se partirá de la Plaza del Santo y en la cima, mientras se disfruta tranquilamente de la vista panorámica.

### \*VILLAR DE TORRE – SAN MILLAN DE LA COGOLLA

(ICONO CALENDARIO): Domingo 18 agosto

(ICONO RELOJ): 8.00 horas 15.00 horas

(ICONO LUGAR): Parada de autobuses de detrás del Ayto. SANTO DOMINGO DE LA CALZADA

(ICONO DESTINATARIOS): A partir de 16 años

(ICONO INSCRIPCIÓN 1): del 25 de junio hasta 14 de agosto

(ICONO INSCRIPCIÓN 2): 20 plazas

(ICONO PRECIO): 5€

(ICONO EXCLAMACIÓN): Se requiere calzado y vestuario deportivo. En la mochila: protección solar, agua, almuerzo y gorra

(ICONO SENDERISTA): ☑ Distancia: 14 Km ☑ Desnivel: 590m ☑ Tipo de marcha: Lineal. ☑ Dificultad: Media. **Desplazamiento en autobús.**

### \*SENDERISMO MARCHA NOCTURNA

(ICONO CALENDARIO): sábado 24 de agosto

(ICONO RELOJ): 22:00 horas a 1.00 horas

(ICONO LUGAR): Montes de Ezcaray

(ICONO DESTINATARIOS): A partir de 10 años, menores acompañados de responsables.

(ICONO INSCRIPCIÓN 1): desde el 25 de junio al 22 de agosto.

(ICONO INSCRIPCIÓN 2): 25 plazas

(ICONO PRECIO): Gratuito

(ICONO EXCLAMACIÓN): Se requiere botas de montaña, bastones y vestuario deportivo. En la mochila: agua, almuerzo, chubasquero, linternas y ropa de abrigo.

(ICONO SENDERISTA): Distancia aproximada: 5 km · Desnivel: 300 m · Tipo de marcha: Circular · Dificultad: Baja · Salida a las 22:00 horas desde el Polideportivo de Ezcaray.

Conoceremos el firmamento, caminaremos bajo la luz de la luna con la ayuda de linternas y/o frontales y podremos observar las perseidas o más conocidas como lágrimas de San Lorenzo. **Desplazamiento desde Sto. Domingo en coches particulares.**

### COMPETICIONES

#### \*VOLEY INFANTIL

(ICONO CALENDARIO): miércoles 17 de julio

(ICONO RELOJ): 17.00 horas

(ICONO LUGAR): Piscinas Municipales

(ICONO DESTINATARIOS): Todas las edades a partir de 8 años

(ICONO INSCRIPCIÓN 1): Hasta una hora antes del comienzo de la actividad.

(ICONO INSCRIPCIÓN 2): Ilimitadas

(ICONO PRECIO): Gratuito

(ICONO EXCLAMACIÓN): Se requiere calzado y vestuario deportivo.

Disfruta de una actividad deportiva muy amena, divertida y practicada por grandes mujeres y hombres que se enfrentan sobre una chancha dividida y deben salvar una red de más de 2 metros. Un deporte que puede ser practicados por todos y ofrece la oportunidad de mejora continua en muy poco tiempo. Entrenadores titulados y grandes practicantes de esta valiosa disciplina deportiva te enseñarán las mejores jugadas y combinaciones. Remata, bloquea y obtén tu punto.

#### \*VOLEY ADULTOS

(ICONO CALENDARIO): jueves 18 de julio

(ICONO RELOJ): 17.00 horas

(ICONO LUGAR): Piscinas Municipales

(ICONO DESTINATARIOS): Todas las edades a partir de 16 años

(ICONO INSCRIPCIÓN 1): Hasta una hora antes del comienzo de la actividad.

(ICONO INSCRIPCIÓN 2): Ilimitadas

(ICONO PRECIO): Gratuito



## Ayuntamiento de Santo Domingo de la Calzada

(ICONO EXCLAMACIÓN): Se requiere calzado y vestuario deportivo.

Disfruta de una actividad deportiva muy amena, divertida y practicada por grandes mujeres y hombres que se enfrentan sobre una cancha dividida y deben salvar una red de más de 2 metros. Un deporte que puede ser practicados por todos y ofrece la oportunidad de mejora continua en muy poco tiempo. Entrenadores titulados y grandes practicantes de esta valiosa disciplina deportiva te enseñarán las mejores jugadas y combinaciones. Remata, bloquea y obtén tu punto.

### \*IV TORNEO DE PADEL: STO. DOMINGO DE LA CALZADA (FEMENINO Y JOVENES)

(ICONO CALENDARIO): del 19 al 21 de julio.

(ICONO RELOJ): 17:00 horas

(ICONO DESTINATARIOS): A partir de 14 años

(ICONO INSCRIPCIÓN 2): plazas limitadas

(ICONO PRECIO): 20€ (por pareja)

### \*IV TORNEO DE PADEL: STO. DOMINGO DE LA CALZADA (MASCULINO)

(ICONO CALENDARIO): del 26 al 28 de julio.

(ICONO RELOJ): 17:00 horas

(ICONO DESTINATARIOS): A partir de 18 años

(ICONO INSCRIPCIÓN 2): plazas limitadas

(ICONO PRECIO): 20€ (por pareja)

### \*AJEDREZ

(ICONO CALENDARIO): viernes 2 de agosto.

(ICONO RELOJ): 18:30

(ICONO LUGAR): Paseo del Espolón

(ICONO DESTINATARIOS): Todas las edades a partir de 6 años

(ICONO INSCRIPCIÓN 1): Inscripciones hasta una hora antes al comienzo de la actividad.

(ICONO INSCRIPCIÓN 2): 15 plazas

(ICONO PRECIO): Gratuito

(ICONO EXCLAMACIÓN): Material a cargo de la organización

En el quinto año de su celebración, se plantea una jornada de ajedrez al aire libre para todas las edades con unas partidas simultáneas, tantas como jugadores. Un maestro irá de tablero en tablero y el jugador efectuará su movimiento ante él.

### \*TORNEO DE TENIS DE MESA

(ICONO CALENDARIO): del 5 al 7 de agosto

(ICONO RELOJ): 17.00 horas

(ICONO LUGAR): Piscinas Municipales

(ICONO DESTINATARIOS): Todas las edades a partir de 9 años

(ICONO INSCRIPCIÓN): Inscripciones hasta una hora antes al comienzo de la actividad.

(ICONO PRECIO): Gratuito

(ICONO EXCLAMACIÓN): Se requiere calzado y vestuario deportivo.

Este torneo, que habitualmente despierta gran interés entre la población infantil, incluirá cinco categorías para menores de edad: cadete, infantil, alevín, benjamín y prebenjamín, jugándose al aire libre con una fase previa de grupos y una fase final a eliminatoria directa.

### \*TORNEO DE FRONTENIS ADULTOS

(ICONO CALENDARIO): del 7 al 13 de agosto

(ICONO RELOJ): 18:00 horas

(ICONO LUGAR): Polideportivo Margubete

(ICONO DESTINATARIOS): A partir de 16 años.

(ICONO INSCRIPCIÓN): del 25 de junio al 3 de agosto

(ICONO PRECIO): Gratuito

(ICONO EXCLAMACIÓN): Se requiere calzado y vestuario deportivo

El frontón de Margubete toma protagonismo gracias a un torneo de frontenis.

### \*OLIMPIADAS RURALES (NOVEDAD)

(ICONO CALENDARIO): sábado 10 de agosto.

(ICONO RELOJ): 10.00 horas

(ICONO DESTINATARIOS): A partir de los 14 años

(ICONO PRECIO): Gratuito

### \*CARRERA DE SAN ROQUE

(ICONO CALENDARIO): lunes 14 de agosto.

(ICONO RELOJ): 20.30 a 22.00 horas

(ICONO LUGAR): Centro Urbano



## Ayuntamiento de Santo Domingo de la Calzada

---

(ICONO DESTINATARIOS): Todas las edades a partir de 3 años

(ICONO INSCRIPCIÓN 1): El día de la prueba.

(ICONO PRECIO): Gratuito

(ICONO EXCLAMACIÓN): Se requiere vestuario y calzado deportivo.

Carrera creada en el marco de las extinguidas fiestas del Barrio de San Roque a principios de los años noventa, se recuperó en 2002 por el Servicio Municipal de Deportes. Desde el 2006 conserva el mismo recorrido por el Casco Antiguo, con la Avda. Juan Carlos I como lugar de inscripción, salida, meta y entrega de premios

### \*BALONCESTO 3X3

(ICONO CALENDARIO): sábado 17 de agosto

(ICONO RELOJ): 9.00 horas

(ICONO LUGAR): Polideportivo Valle del Oja

(ICONO DESTINATARIOS): A partir de los 8 años

(ICONO PRECIO): 20€ (Por equipo)

(ICONO EXCLAMACIÓN): Se requiere calzado y vestuario deportivo, con la camiseta de los componentes del equipo del mismo color.

### \*TORNEO DE PETANCA NIÑOS

(ICONO CALENDARIO): miércoles 21 de agosto.

(ICONO RELOJ): 18:00 horas

(ICONO LUGAR): Piscinas Municipales

(ICONO DESTINATARIOS): Todas las edades a partir de 6 años

(INSCRIPCIÓN): Hasta una hora antes del comienzo de la actividad

(ICONO PRECIO): Gratuito

(ICONO EXCLAMACIÓN): Se requiere calzado deportivo.

Este simpático torneo surgió el año 2001 gracias a los vecinos del barrio encabezados por D. Amalio Villar y D<sup>a</sup>. Adoración Aransay y aunque actualmente este juego no se practica entre la población mayor local, el torneo se mantiene como una manifestación de los juegos tradicionales.

### \*TORNEO DE PETANCA ADULTOS

(ICONO CALENDARIO): jueves 22 de agosto.

(ICONO RELOJ): 17:00 horas

(ICONO LUGAR): Polideportivo Valle del Oja

(INSCRIPCIÓN): Hasta una hora antes del comienzo de la actividad

(ICONO PRECIO): Gratuito

(ICONO EXCLAMACIÓN): Se requiere calzado deportivo.

Este simpático torneo surgió el año 2001 gracias a los vecinos del barrio encabezados por D. Amalio Villar y D<sup>a</sup>. Adoración Aransay y aunque actualmente este juego no se practica entre la población mayor local, el torneo se mantiene como una manifestación de los juegos tradicionales.

Verano  
deportivo  
santodomingodelacalzada



## **4. ACCESO A ESPACIOS DEPORTIVOS**

### **RED BÁSICA**

#### **COMPLEJO DEPORTIVO PISCINAS MUNICIPALES**

(ICONO LUGAR): Crta. Ezcaray, s/n · (ICONO TELÉFONO): 941 34 29 73 · (ICONO CALENDARIO): 15 junio a 8 septiembre

(ICONO RELOJ): 10.30 a 20.30 H (15 junio a 8 septiembre)

(ICONO ESPACIOS DEPORTIVOS): 3 vasos de piscina, 1 pista de tenis, 1 pista de pádel, 1 campo de fútbol y 2 mesas de ping-pong

(ICONO OTROS ESPACIOS): Bar-restaurante, merendero, área de recreo infantil y zona wifi

(ICONO PRECIO): **Entrada 1 día**

BABY (0 a 3 años): acceso libre

INFANTIL (4 a 15 años): 2,00 €

ADULTOS (16 a 60 años): 2,90 €

MAYORES (60 años en adelante): 2,00 €

PERSONAS CON DISCAPACIDAD (igual o superior al 33%): 2,00 €

#### **Abono mensual**

Tendrá una duración de 30 días y podrá adquirirse los días 1 y 15 de cada mes · Requiere el pago en el momento de la solicitud y una fotografía de carnet

BABY (0 a 3 años): acceso libre

INFANTIL (4 a 15 años): 28,00 €

ADULTO (16 a 60 años): 40,60 €

MAYORES (60 años en adelante): 28,00 €

PERSONAS CON DISCAPACIDAD (igual o superior al 33%): 28,00 €

#### **Abono de temporada**

Requiere el pago en el momento de la solicitud y una fotografía de carnet

BABY (0 a 3 años): acceso libre

INFANTIL (4 a 15 años): 44,00 €

ADULTO (16 a 60 años): 63,80 €

MAYORES (60 años en adelante): 44,00 €

PERSONAS CON DISCAPACIDAD (igual o superior al 33%): 44,00 €

FAMILIAR (MÍNIMO 3 MIEMBROS): 121,00 €

*Para el abono familiar quedarán excluidos como miembros de la unidad familiar los hijos mayores de 26 años y aquellos que no residan en la vivienda familiar o que residiendo en la misma formen parte de otra unidad familiar. Para acreditar esta última excepción deberá presentarse certificado de convivencia en el Ayuntamiento.*

**Pistas de tenis** | 1 hora: 3 € · Bono 5 horas: 10 €

(ICONO INFO): Pago de entradas, abonos de acceso y pistas de tenis | Taquilla de las Piscinas Municipales, de 10.00 a 19.30 H

Reserva de las pistas de tenis:

(ICONO LUGAR): Taquilla de las Piscinas Municipales, de lunes a domingo de 10.30 a 19.30 H

#### **POLIDEPORTIVO VALLE DEL OJA**

(ICONO LUGAR): Crta. Gallinero, s/n

(ICONO ESPACIOS DEPORTIVOS): 1 pista polideportiva cubierta

(ICONO DEPORTE): Fútbol sala · Baloncesto

#### **POLIDEPORTIVO MARGUBETE**

(ICONO LUGAR): C/ Margubete, s/n



## Ayuntamiento de Santo Domingo de la Calzada

---

(ICONO ESPACIOS DEPORTIVOS): 1 pista polideportiva cubierta  
(ICONO DEPORTE): Frontenis · Pala · Pelota a mano · Fútbol sala

### PISTAS DE ATLETISMO

(ICONO LUGAR): Crta. Gallinero, s/n  
(ICONO ESPACIOS DEPORTIVOS): 1 pista de atletismo y 1 campo de fútbol de hierba artificial  
(ICONO DEPORTE): Atletismo · Fútbol

## RED COMPLEMENTARIA

### INSTALACIÓN DEPORTIVA SAN LÁZARO

(ICONO LUGAR): C/ Industria, s/n  
(ICONO RELOJ): Acceso libre  
(ICONO ESPACIOS DEPORTIVOS): 1 frontón largo · 3 frontenis · 1 skate-park  
(ICONO DEPORTE): Frontenis · Pala · Pelota a mano · Skate

### INSTALACIÓN DEPORTIVA IX CENTENARIO

(ICONO LUGAR): Avda. de Haro, s/n  
(ICONO RELOJ): Acceso libre  
(ICONO ESPACIOS DEPORTIVOS): 1 pista multideportiva  
(ICONO DEPORTE): Fútbol sala · Baloncesto

### CEIP BEATO JERÓNIMO HERMOSILLA

(ICONO LUGAR): Plaza de España, 1  
(ICONO RELOJ): Acceso libre  
(ICONO ESPACIOS DEPORTIVOS): 1 pista multideportiva  
(ICONO DEPORTE): Fútbol sala · Baloncesto

## 5. NORMAS GENERALES

1.- La apertura de inscripciones para todas las actividades dará comienzo el 25 de junio a las 11.00 horas, finalizando en la fecha indicada para cada actividad. El período de inscripción podrá cerrarse sin previo aviso en caso de que el número de plazas ofertadas esté cubierto.

2.- El procedimiento de inscripción será el siguiente, según el tipo de actividad:

Esta temporada y continuando con la forma de inscripción de los últimos años, con el fin de mantener el registro de todos los usuarios que realicen las actividades organizadas: **todas las actividades**, talleres, cursos y competiciones **requieren de inscripción previa, individual e independiente para cada una de las actividades**, tanto las gratuitas como las que requieren de un precio, salvo las desarrolladas en las Piscinas Municipales o las que así lo especifique en el programa.





## Ayuntamiento de Santo Domingo de la Calzada

---

2.1. Las actividades que cuentan con un período de inscripción y requieren el abono de un precio:

1.- Realizar la inscripción de forma telemática mediante los formularios que están detallados en la página web [www.santodomingodelacalzada.org](http://www.santodomingodelacalzada.org) sección Verano Deportivo 2024 desde el 25 de junio a las 11.00 horas, hasta la fecha que sea indicada para cada actividad.

2.- **Una vez confirmada la plaza** por parte del Servicio Municipal de Deporte, por correo electrónico, se abonará el precio de inscripción según este marcado en la descripción de la actividad. La normativa de pago podrá ser modificada, con tiempo suficiente mediante publicación en la página web del Ayuntamiento en el apartado de Verano Deportivo 2024.

2.2. Actividades que requieren inscripción previa y son gratuitas:

Realizar inscripción de forma telemática mediante los formularios que están detallados en la página web [www.santodomingodelacalzada.org](http://www.santodomingodelacalzada.org) sección Verano Deportivo 2024 desde el 25 de junio a las 11.00 horas, hasta la fecha que sea indicada para cada actividad. Una vez realizada se ofrecerá confirmación de plaza con la mayor brevedad posible.

2.3. Inscripción a los cursos con doble horario:

Tendrán preferencia las personas inscritas a un único grupo, cuando dicha actividad tenga dos horarios posibles, pudiéndose completar aforo de los grupos con personas ya inscritas en el otro horario de la misma actividad.

3.- La atención al público se realizará mediante el correo electrónico: [juventudydeporte@santodomingodelacalzada.org](mailto:juventudydeporte@santodomingodelacalzada.org) del Servicio Municipal de Deporte, en horario de 10.00 a 14:00 horas de lunes a viernes.

4.- **El Servicio Municipal de Deporte se reserva el derecho de suspender, modificar o aplazar las actividades del programa por factores climatológicos (tales como, lluvia, altas temperaturas, etc.) o por causas de cualquier otra índole.**

5.- Con su inscripción, los participantes declaran estar bien preparados para el desarrollo de la actividad, gozar de buena salud física en general y tener un nivel aceptable de preparación para la misma. El Servicio Municipal de Deporte recomienda a todos los participantes controlar y supervisar su estado de salud mediante reconocimientos médicos periódicos y, en particular, con anterioridad a su participación en las actividades del Verano Deportivo.

6.- Los acompañantes de los menores de edad de las actividades, no podrán permanecer en conjunto en las proximidades de los espacios habilitados para el





## Ayuntamiento de Santo Domingo de la Calzada

---

desarrollo de las acciones o las posibles instalaciones que se utilicen debiendo abandonar y preferiblemente no acceder a las instalaciones durante su desempeño. El Servicio Municipal de Deporte podrá adoptar las medidas de control que estime oportunas, así como la regulación de accesos, salidas e intercambios de menores para el desarrollo de las actividades con el fin de minimizar los contactos y exposiciones de los usuarios.

7.- El Servicio Municipal de Deporte publicará reglamentos específicos de las actividades que así lo requieran con el fin de contribuir a su correcto desarrollo, seguridad e higiene que podrán consultarse en [www.santodomingodelacalzada.org](http://www.santodomingodelacalzada.org) Verano Deportivo 2024 sección SEGURIDAD E HIGIENE.

8.- Las categorías establecidas para las competiciones serán, salvo comunicación expresa: baby (participantes nacidos los años 2019 a 2018), prebenjamín (2017 y 2016), benjamín (2015 y 2014), alevín (2013 y 2012), infantil (2011 y 2010), cadete (2009 y 2008), juvenil (2007 y 2006) y sénior (nacidos en 2005 y anteriores).

9.- Todos los inscritos participarán en la categoría que les corresponda por su edad, si bien, excepcionalmente se podrá autorizar la inscripción en otra categoría superior o inferior, previa consulta, valoración y autorización por parte del Servicio Municipal de Deporte. Asimismo, se podrá autorizar de forma excepcional la participación a personas que no se encuentren incluidas en los tramos de edad indicados, siempre y cuando sea consultado previamente al Servicio Municipal de Deporte y sea autorizado. El Servicio Municipal de Deporte podrá requerir en todo momento la documentación que se estime necesaria para comprobar la edad manifestada por los participantes.

10.- En las competiciones, no se establecerán clasificaciones ni, por tanto, premios, en las categorías prebenjamín y benjamín con el fin de promover una práctica deportiva alejada de la búsqueda de la victoria y de la competitividad en edades tempranas. Dicha medida podrá ampliarse a categorías de mayor edad en determinadas competiciones y torneos.

11.- En todas las competiciones, se aplicará el sistema de puntuación 'Fair Play' implantado en el Servicio Municipal de Deporte, consistente en la valoración de tres criterios de puntuación: el resultado del partido, las amonestaciones recibidas y la valoración del acta arbitral.

12.- En aquellas actividades en las que se otorgue unos premios a los participantes, éstos serán entregados al término de la actividad y en el lugar de desarrollo de la misma.



## Ayuntamiento de Santo Domingo de la Calzada

---

13.- Todas las personas que intervengan en las actividades y, de manera expresa, en las competiciones, deberán velar por el respeto y el buen comportamiento. Las infracciones recogidas en la Ley 1/2015, de 23 de marzo, del ejercicio físico y del deporte de La Rioja y cometidas por parte de cualquiera de los agentes que intervengan en estas actividades (jugadores, entrenadores, aficionados, padres...), podrán ser trasladadas a las instancias competentes con independencia de las responsabilidades administrativas, civiles o penales que pudieran derivarse de ellas.

14. Con el fin de dar cumplimiento el Reglamento (UE) 2016/679 del Parlamento Europeo y del Consejo, de 27 de abril de 2016, relativo a la protección de las personas físicas en lo que respecta al tratamiento de datos personales y a la libre circulación de estos datos y por el que se deroga la Directiva 95/46/CE (Reglamento general de protección de datos), en aquellas actividades en las que se requiera la aportación de datos de carácter personal, el usuario deberá indicar que ha sido informado de manera expresa por parte del Ayuntamiento de Santo Domingo de la Calzada para tratar y guardar los datos aportados en la inscripción con el fin de proceder a la tramitación, gestión y cuantas actuaciones administrativas se deriven. Asimismo, se deberá indicar de manera expresa la autorización para poder realizarse fotografías con el fin de promocionar las actividades. En todo caso, el usuario tendrá derecho a acceder, rectificar y suprimir los datos, así como cualesquiera otros derechos que le correspondan, tal y como se explica en la información adicional y detallada sobre protección de datos en la siguiente URL: <http://santodomingodelacalzada.sedelectronica.es/privacy.1>

15.- Cualquier cuestión que no esté recogida en estas normas generales y que no se encuentre tampoco regulada en reglamentos específicos publicados de determinadas actividades, será resuelta por el Servicio Municipal de Deporte.

16.- La participación en las actividades del Verano Deportivo supone la aceptación de estas normas.

### INFORMACIÓN

Ayuntamiento de Santo Domingo de la Calzada  
Servicio Municipal de Deporte  
(ICONO LUGAR) Plaza de España, 4 - Santo Domingo de la Calzada  
(ICONO TELÉFONO) 941 340 004 (5221)  
(ICONO EMAIL): [juventudydeporte@santodomingodelacalzada.org](mailto:juventudydeporte@santodomingodelacalzada.org)  
(ICONO WEB): [www.santodomingodelacalzada.org](http://www.santodomingodelacalzada.org)