

# ACTIVIDADES FÍSICAS PARA PERSONAS MAYORES SORDAS

## MANTENIMIENTO

**POR LA MAÑANA:**

MARTES Y JUEVES

GRUPO A: de 11h. a 12h

GRUPO B: de 12h. a 13h

**PRECIO POR ACTIVIDAD: 20€ TRIMESTRE**

**POLIDEPORTIVO GIMNASIO MOSCARDÓ**

## NATAción

MARTES Y JUEVES

De 13:15h. a 14h.

**PRECIO POR ACTIVIDAD: 20€ TRIMESTRE**

**POLIDEPORTIVO GIMNASIO MOSCARDÓ**

VIERNES, DOS GRUPOS:

INICIACIÓN: 11:15h a 12h

PERFECCIONAMIENTO: 10:30h a 11:15h

**PRECIO POR ACTIVIDAD: 13€ TRIMESTRE**

**POLIDEPORTIVO CENTRO INTEGRADO ARGANZUELA**

## YOGA

**DIAS Y HORARIO:**

LUNES Y MIÉRCOLES

De 17h a 18h

**PRECIO ACTIVIDAD POR TRIMESTRE: 20€**

**POLIDEPORTIVO CENTRO INTEGRADO ARGANZUELA**

### REQUISITOS:

- PERSONAS SORDAS MAYORES DE 60 AÑOS
- PASAR UN RECONOCIMIENTO MÉDICO (obligatorio mayores de 65 años)

### DOCUMENTACION:

- FOTOGRAFÍA
- FOTOCOPIA DEL DNI
- FOTOCOPIA DEL CERTIFICADO DE MINUSVALÍA

### MÁS INFORMACIÓN:

FEDERACIÓN MADRILEÑA DE DEPORTES PARA SORDOS

CALLE ELFO, 23 – LOCAL

TELÉFONO: 91 299 06 98. FAX: 91 299 06 99

EMAIL: [fmds@fmds.es](mailto:fmds@fmds.es)

Directora Técnica: Esther Lara

EMAIL: [stherlar@hotmail.com](mailto:stherlar@hotmail.com)