

jarduera fisiko

egokituko kanpaina

2022-23

VITORIA
GASTEIZ
green capital

zu
ze
nak

desgaitasuna duten

pertsonentzako kirol kanpaina

jarduera fisikoa J.F.E.Zan

	EGUNA	ORDUA
Jarduera Fisiko Egokitua	AL.tik-Or.ra	09:00,10:00,11:00,12:00, 17:00,18:00,19:00
IZB	AL.Az.Or	10:00
Kardiopatiak	As.Og.Or	12:00
Bularreko minbizia	As.Og	09:00
BGK (desgaitasunarekin)	As.Az.Or	11:00,16:00
BGK (desgaitasunik gabe)	As.Og	10:00
Fibromialgia	AL.Az.Or	16:00,17:00,18:00, 19:00
Lupusa / Artritis	As.Og	19:00
Parkinson	AL.Og	11:00 & 12:00
Bizkarrezko patologia	As.Or	11:00
COVID ondokoa	As.Og	16:00
Osasun mentala	As.Og	16:00 & 17:00

ur-jarduerak Lakua G.Ean

	EGUNA	ORDUA
Aquagym I	AL.Az.Or	12:15
Aquagym II	As.Og	12:15
Igeriketa I	AL.tik-Og.ra	16:45
Igeriketa II	AL.tik-Og.ra	17:30

multikirola en el J.F.E.Zan

	EGUNA	ORDUA
Multikirola	As.Og	16:00
Kirol egokituko eskola	Or.	17:30

izen emateak

“Julio Roca” Jarduera Fisiko Zentroan,
Gabriel Celaya kalean, 15 baxua_01010_Vitoria-Gasteiz
Astelehenetik ostiralera, 09:00tik 13:00ra eta 16:00tik 20:00ra

baldintzak

_%33tik gorako desgaitasuna egiaztatzea (behar ez duten
patologietarako izan ezik)
_ZUZENAK K.E.ko bazkide izatea.

dokumentazioa

_Izen-emateko orria betetzea.
_Dezgaitasunaren ziurtagiriaren fotokopia.
_Mendikuaren txosten eguneratu baten fotokopia.
_NAN-aren fotokopia.
_Argazki bat.
_Banku_kontu zenbakiaren fotokopia.

hiruhileko prezioak

_Astean 2 egun 24,73€
_Astean 3 egun 30,87€
_Astean 5 egun 38,64€

ordainketak banku-helbideratzearen bidez egingo dira.

clubdeportivo@zuzenak.com
945 060 013
www.zuzenak.com

VITORIA
GASTEIZ
green capital

zu
ze
nak