

ACTIVIDADES DEPORTIVAS Y CULTURALES 2026 / 2027



Ayuntamiento de
 **Coba**





CARTA DEL CONCEJAL DE DEPORTES

Estimados vecinos y vecinas:

Nos preparamos para iniciar una nueva temporada deportiva en Cobefña, una temporada que vuelve a reflejar nuestro compromiso con el deporte, la participación y la promoción de hábitos de vida saludables entre todos nuestros vecinos.

A lo largo de estos años hemos trabajado para consolidar una oferta deportiva amplia, variada y accesible, adaptada a distintas edades, intereses y niveles. Gracias a la implicación de las familias, de los clubes, de los monitores y de todas las personas que participan cada temporada, Cobefña cuenta hoy con un catálogo de actividades muy completo y con una excelente respuesta vecinal.

Para esta nueva temporada damos un paso más e incorporamos nuevas propuestas como tiro con arco, esgrima, telas aéreas, patinaje y kickboxing, que vienen a ampliar el ya abultado catálogo de actividades del que disponemos. Con ellas queremos seguir ofreciendo alternativas atractivas, dinámicas y diversas, capaces de llegar tanto a quienes ya practican deporte de forma habitual como a quienes desean iniciarse en una nueva disciplina.

Como siempre, os animamos a participar, a conocer la programación y a aprovechar todas las posibilidades que ofrece nuestro municipio. El deporte es salud, convivencia y comunidad, y queremos que esta temporada vuelva a ser un punto de encuentro para niños, jóvenes, adultos y mayores.

Esperamos contar nuevamente con vuestra confianza, vuestra ilusión y vuestra participación para seguir haciendo de Cobefña un municipio activo, saludable y comprometido con el deporte.

Un cordial saludo.

Ignacio Hidalgo
Concejalejo de Deportes



CARTA DEL CONCEJAL DE CULTURA

Estimados vecinos y vecinas:

Es un placer presentar una nueva edición de la programación cultural de nuestro municipio, una propuesta que refleja el compromiso del Ayuntamiento con la promoción de la cultura, la formación y la participación ciudadana.

A través de esta guía os acercamos las actividades que hemos preparado para la nueva temporada, con una oferta amplia y diversa, pensada para dar respuesta a los intereses de vecinos y vecinas de todas las edades. La excelente acogida que estas iniciativas reciben cada año nos anima a seguir trabajando para ampliar y mejorar nuestra programación.

La cultura es un elemento fundamental para el desarrollo personal y colectivo. Por ello, os invitamos a formar parte de las actividades organizadas desde el Área de Cultura, y a acompañarnos en las actuaciones, exposiciones y demás eventos que, con esfuerzo, dedicación e ilusión, hacen posible tanto el alumnado como el profesorado a lo largo del curso.

Quiero aprovechar estas líneas para agradecer la participación de todas las personas que contribuyen al éxito de este programa, y reiterar que el Ayuntamiento permanece abierto a vuestras propuestas y sugerencias, convencidos de que escuchar a la ciudadanía es la mejor manera de seguir creciendo.

Confío en que esta nueva temporada cultural sea una oportunidad para aprender, compartir experiencias, y disfrutar de la riqueza cultural de nuestro municipio.

Recibid un cordial saludo

Carlos Redondo
Concejal de Cultura

INFORMACIÓN IMPORTANTE ACTIVIDADES DEPORTIVAS/CULTURALES

Se aconseja leer detenidamente la información de estos apartados

Inscripciones NUEV@S ALUMN@S temporada 2026/2027
Infantiles y adult@s

Renovaciones online de la campaña de junio y solicitudes de la campaña online de nuevas inscripciones finalizada el 9 de septiembre

Próximamente se comunicará por sms a l@s alumn@s que tienen plaza en la actividad el día de comienzo e instalación de la misma.

También se enviará un sms a las personas que no hayan conseguido plaza y queden en lista de espera. Estas personas que quedan en lista de espera serían llamadas posteriormente por la Concejalía de Deportes durante el curso, según se vayan produciendo vacantes.

Si una persona ha obtenido plaza en una o más actividades y quiere renunciar a alguna de ellas o ambas, deberá ponerse en contacto con la Concejalía de Deportes en el teléfono 916208690 antes del inicio de las mismas para comunicar en qué actividad quiere iniciar la actividad y en qué actividad quiere renunciar a su plaza.

L@s usuari@s que obtengan plaza tras el sorteo serán directamente dados de alta en las clases y se procederá a emitirles los recibos correspondientes. Las personas que no haya comunicado la renuncia a la actividad que no desean comenzar (en la forma y plazos establecidos) no tendrán derecho a devolución alguna y se les cargará los recibos del alta y cuotas mensuales correspondientes de la actividad. Si quieren causar baja y que se dejen de emitir recibos, deberán solicitarlo a través email a deportes@ayto-cobena.org o del formulario de baja correspondiente.

Consulta de disponibilidad de plazas a partir de 21 de septiembre

Tras finalizar la campaña de nuevas inscripciones online del 4 a 9 de septiembre, para solicitar disponibilidad de plazas en las diferentes actividades, enviar correo electrónico a partir del 21 de septiembre a deportes@ayto-cobena.org

Debido a que estamos tramitando y gestionando todas las solicitudes de la reciente campaña online, no se atenderán correos de solicitud de inscripciones antes del 21 de septiembre

Las siguientes actividades: esgrima, tiro con arco, multiports kids y kick boxing no salen adelante por falta de inscripciones

MUY IMPORTANTE

DESCUENTOS FAMILIA NUMEROSA

Es imprescindible, para beneficiarse de este descuento, adjuntar en el formulario online de inscripción, o envíen copia del título/carnet de Familia Numerosa al correo electrónico:

deportes@ayto-cobena.org,

No son válidas las copias entregadas en temporadas anteriores.

Cada temporada se debe entregar una copia del título. Los descuentos por este concepto se aplicarán a partir de la entrega de la fotocopia del título, en la emisión de recibos que corresponda. En ningún caso se realizarán los descuentos con carácter retroactivo.

Debe aparecer en esta copia el nombre y apellidos de las personas que realizan la actividad. Solo se realizará descuento a la persona o personas que aparecen en los carnets, títulos o informes. Adjuntar a través del formulario online, o por email, a deportes@ayto-cobena.org

No se aplican los descuentos de forma retroactiva, solo a partir de recibir la copia del documento en vigor de forma adecuada, es decir, que aparezca en el mismo la persona inscrita en la actividad.

El descuento que se aplicarán por este concepto según ordenanza en vigor son los siguientes:

- Adultos: Descuento 100% de la tasa de alta de la actividad
- Niños: Descuento 100% de la tasa de alta de la actividad y descuento del 30 % en la cuota mensual.

FORMA DE PAGO ACTIVIDADES

Los pagos de las actividades se realizarán por domiciliación bancaria, a mes vencido.

Los recibos de las actividades se cobran a mes vencido, es decir, la cuota mensual se cobra los primeros días del mes posterior.

DESCUENTO DEL 100% DEL ALTA A PARTIR DE LA SEGUNDA ACTIVIDAD (POR PERSONA)

Con el ánimo de facilitar el acceso al deporte, si realizas más de una actividad, estarás exentos del pago de la tasa de alta/matricula, a partir de la segunda. A los efectos de exención de pago de matrícula a partir de la segunda actividad, las escuelas de Fútbol, Tenis y Pádel, se considerarán siempre como primera actividad, en relación con las actividades que gestiona directamente el Ayto. Quedan excluidas de este descuento las actividades de Escuela de Música, Adultos y Escuela de Inglés. Consultar en el Polideportivo las dudas sobre la gestión de este descuento.

CAMBIO DE ESCUELAS O ACTIVIDADES DURANTE EL CURSO

Para cambiar de horario o de actividad el alumno deberá consultar previamente en el Polideportivo, 916208690 y/o deportes@ayto-cobena.org si hay plazas disponibles en la clase deseada, lista de espera, etc.

REGLAMENTO DE SERVICIOS DE ACTIVIDADES E INSTALACIONES

Todas las actividades estarán sujetas al Reglamento de Servicios de Actividades e Instalaciones del Ayto de Cobena (disponible en www.ayto-cobena.org). Todas las inscripciones conllevarán implícitamente la aceptación total del mismo por parte de la persona usuaria. Todas las actividades y grupos se pondrán en marcha finalmente en base al mínimo y máximo de alumn@s inscritos que establezca el Ayuntamiento. **Muy importante: L@s usuari@s únicamente puede asistir al horario específico de clase al que se han inscrito. Está prohibido acudir en otros horarios diferentes.**

BAJAS EN ACTIVIDADES

Bajas definitivas

Para darse de baja definitiva en una actividad o clase, cada alumn@ debe enviar un email a deportes@ayto-cobena.org con los datos del alumno y actividad en la que quiere causar baja, o firmar un formulario de baja disponible en la oficina del Polideportivo o Ayuntamiento, antes del día 25 del mes anterior al que se desea que surta efecto esa baja.

- + Los monitores no están autorizados a dar de baja a sus alumn@s. Es decir, la baja no será válida ni efectiva administrativamente si se le comenta de palabra al profesor/a, no teniendo derecho después a devolución de recibos ni cuotas.
- + No tendrán derecho a devolución alguna, l@s usuari@s que presenten el formulario de baja o envíen la misma por email en fechas posteriores a las señaladas.
- + Si una persona inscrita en una actividad realiza una devolución de recibo por causa de baja con defecto de forma y/o fecha, se le reclamará el importe correspondiente. En caso de no hacer efectivo el ingreso presentando el respectivo justificante, la deuda quedará pendiente y no podrá inscribirse posteriormente a ninguna actividad organizada por el Ayuntamiento antes de saldarla.

Bajas temporales

Las personas usuarias de las actividades programadas por el Ayuntamiento de Cobena, únicamente podrán acogerse a las bajas temporales por causas debidamente justificadas de tipo médico, o causas de fuerza mayor. Es decir, cuando una persona usuaria considere que puede acogerse a una baja temporal, debe consultarlo en la oficina del Polideportivo Municipal, y después cumplimentar y firmar el formulario correspondiente, adjuntando el debido justificante. A partir de ese momento (nunca retroactivamente) se dejarán de emitir los siguientes recibos manteniendo su plaza en la clase. Los recibos se emiten automáticamente el día 1 de cada mes. Cuando la persona pueda incorporarse, deberá comunicarlo en la oficina del Polideportivo Municipal, para darle de nuevo de alta efectiva y seguir, a partir de entonces, cursándole los pagos. **No serán válidas las bajas temporales comunicadas de palabra al monitor y sin debida justificación en documento impreso.** La Concejalía de Deportes podrá solicitar periódicamente la actualización de los justificantes, si éstos no son lo suficientemente aclaratorios sobre la duración de la baja temporal.

Todas las bajas temporales pierden validez al finalizar cada temporada. Si una persona usuaria ha renovado y finalizó la temporada anterior estando de baja temporal, ésta perderá su validez y se procederá a emitir los recibos correspondientes. En el caso de que mantenga la situación de baja, deberá enviar a deportes@ayto-cobena.org un nuevo justificante actualizado antes de iniciarse la temporada.

En las actividades más demandadas con clases completas y listas de espera, las personas en baja temporal superior a 2 meses dejarán automáticamente su plaza vacante a otra en lista de espera, y pasarán al primer puesto de esa lista. En caso de quedar después una plaza libre en la clase, se le consultará la posibilidad de incorporarse, y si no es posible que lo haga, mantendría la 1ª posición en lista de espera, y se avisará a la siguiente persona de la misma.

NOTA SOBRE COMPETICIONES DEL PROGRAMA DE DEPORTE INFANTIL DE LA COMUNIDAD DE MADRID:

NECESIDAD DE DISPONER DE DNI O NIE PARA PODER PARTICIPAR EN LAS COMPETICIONES MANCOMUNADAS DE LA COMUNIDAD DE MADRID.

La Comunidad de Madrid incluye como norma para sus competiciones, la obligatoriedad de que l@s niñ@s participantes dispongan de DNI o NIE, por lo que el Ayuntamiento de Cobeña no se hace responsable de que, desde las instancias referidas no se permita disputar competición a l@s niñ@s que no dispongan de alguno de estos documentos. No se realizarán devoluciones de altas ni cuotas por este motivo. Los niños y niñas que deberán disponer de DNI o NIE serán los que pertenezcan a las siguientes categorías: prebenjamín, benjamín, alevín, infantil, cadete y juvenil. **Los participantes que en Cobeña deberán cumplir esta obligación son los que pertenezcan a las categorías citadas y estén inscritos, en especial, en baloncesto y, voleibol**, aunque también podría ser requerido en competiciones de todo el deporte infantil no federado.

NORMAS POR POSIBLES SITUACIONES SANITARIAS DE RESTRICCIONES

Estaremos supeditados a las situaciones sanitarias en cada momento, para adaptarnos a las normas de acceso y uso de las instalaciones, teniendo que respetar los protocolos, modificaciones y procesos que se establezcan.

LUGAR DE REALIZACIÓN DE LAS ACTIVIDADES

En la información de cada actividad se especifica la instalación donde tiene previsto comenzar la misma. Todas las actividades son susceptibles de compartir espacio e instalación. El Ayto de Cobeña se reserva el derecho de modificar instalaciones, horarios de clases y actividades por necesidades de organización

En actividades de adulto en sala o pabellón, llevar esterilla propia

Muy importante

Los horarios de algunas actividades o clases podrían modificarse, leve o sustancialmente, en función necesidades de programación y circunstancias diversas

En todas las actividades y clases se exige un mínimo de alumnos que establece el Ayuntamiento. Si no se cumplen esos mínimos antes de iniciar la temporada o durante la misma, los grupos no saldrán adelante o podrían dejar de funcionar.

Consulta de disponibilidad de plazas en actividades a partir del 21 de septiembre

Tras finalizar el 9 de septiembre la campaña de nuevas inscripciones online, para solicitar disponibilidad de plazas en las diferentes actividades, enviar correo electrónico a partir del 21 de septiembre a deportes@ayto-cobena.org indicando la actividad que te interesa, y teléfono de contacto

Actividad Nueva

TELAS AÉREAS

La **tela aérea** es una modalidad de práctica circense del grupo de los ejercicios aéreos, donde uno o varios artistas realizan evoluciones coreográficas y acrobáticas suspendidos en unas telas que penden del techo. La tela es un instrumento volátil que le permite a los bailarines aéreos llevar a cabo una gran variedad de posturas y movimientos acrobáticos a diversas alturas, en donde se envuelven, suspenden y dejan caer complementando movimientos de danza contemporánea, artes circenses, acrobacias, teatro y baile. Es una actividad que precisa un buen tono de preparación física.

Actividad	Días y horarios
TELAS AÉREAS GRUPO INFANTIL (de 4 a 12 años)	L y X 16.30-17.30
TELAS AÉREAS GRUPO JUVENIL-ADULTO (a partir de 13 años)	L y X 17.30-18.30



Lugar de realización: *Pabellón Polideportivo Municipal La Dehesa. Calendario:*

Calendario ambos grupos. Clases de octubre a mayo ambos incluidos, en los días de la semana señalados en tabla de horarios, siguiendo calendario escolar del Colegio Villa de Cobeña, es decir, excepto los coincidentes con vacaciones, no lectivos, festivos nacionales, autonómicos y locales. **Comienzo, lunes 5 de octubre**

Actividad Nueva

PATINAJE ARTÍSTICO SOBRE RUEDAS

El **patinaje artístico sobre ruedas** es una disciplina donde se expresa, en patines, diferentes estilos musicales, llevando a cabo figuras, saltos, piruetas y otros ejercicios técnicos. Requiere una buena preparación física y una gran capacidad de concentración. Se trabaja la coordinación, equilibrio, flexibilidad, técnica, etc. Preferiblemente se realiza con patines de 4 ruedas, aunque para iniciación se puede comenzar en línea.

Actividad	Días y horarios
PATINAJE GRUPO LUNES Y MIÉRCOLES (de 4 a 14 años). Comienzo, lunes 5 de octubre	L y X 17.00-18.00
PATINAJE GRUPO VIERNES (de 4 a 14 años). Comienzo, viernes 9 de octubre	V 16.30-17.30



En caso de inclemencias meteorológicas se podrá usar un espacio en el Pabellón cubierto para realizar ejercicios y juegos alternativos sin patines

Lugar de realización: Frontón Polideportivo.

Calendario ambos grupos. Clases de octubre a mayo ambos incluidos, en los días de la semana señalados en tabla de horarios, siguiendo calendario escolar del Colegio Villa de Cobeña, es decir, excepto los coincidentes con vacaciones, no lectivos, festivos nacionales, autonómicos y locales.

ESCUELA DE BALONCESTO

Objetivos: principios técnicos/tácticos, compromiso, respeto y diversión. Mixta. **Competiciones**, sábados y/o domingos. En función de número de alumn@s se podrían unificar categorías y modificar horarios. **Cada grupo realizará entrenamientos en ½ cancha de baloncesto compartiendo horario e instalación entre sí, y/o con otras actividades, que pueden ser musicales.**

Lugar de realización: Cancha Fuente Arriba. Comienzo de la actividad, lunes 5 de octubre.
Competiciones. Como local en Pabellón Polideportivo Mpal o en Cancha Fuente Arriba.

Horarios provisionales

Baloncesto, categorías. Horarios provisionales susceptibles de modificaciones	Días y horarios
E.M. Baloncesto - PREBENJAMÍN (Nacidos/as 2019 y 2020)	L y X, 17-18
E.M. Baloncesto - BENJAMIN (Nacidos/as 2017 y 2018)	L y X, 17-18
E.M. Baloncesto - ALEVÍN (Nacidos/as 2015 y 2016)	L y X, 17-18 ó 18-19
E.M. Baloncesto - INFANTIL (Nacidos/as 2013 Y 2014)	L y X, 18-19
E.M. Baloncesto – CADETE MASCULINO (Nacidos 2011 y 2012)	L y X, 19-20
E.M. Baloncesto –CADETE-JUVENIL FEMENINO. (Nacidas 2008, 2009 Y 2010, 2011, 2012)	L y X, 20-21



Calendario de la actividad: Clases de octubre a mayo ambos incluidos, en los días de la semana señalados en la tabla y siguiendo calendario escolar del Colegio Villa de Cobeña, es decir, exceptuando los coincidentes con vacaciones, no lectivos, fiestas nacionales, autonómicas y locales.

ESCUELA DE VOLEIBOL

Objetivos: enseñanza principios técnico/tácticos, compromiso, respeto y diversión. Mixta. **Competiciones**, sábados y/o domingos. En función de número de alumn@s se podrían unificar categorías y modificar horarios. Los grupos de voleibol pueden compartir horario y pabellón con otras disciplinas deportivas

Comienzo de la actividad, martes 6 de octubre

Lugar de realización: Pabellón Polideportivo Municipal La Dehesa. Horarios provisionales

*Actividad – Categorías FEMENINAS excepto en benjamín/alevín que es mixto. Horarios provisionales susceptibles de modificaciones	*Días y horarios
E.M Voleibol BENJ/ ALEVÍN (Nacidas/os 2015, 2016, 17, 18)	M y J, 17-18
E.M. Voleibol. INFANTIL (Nacidas/os 2013 y 2014)	M y J, 18- 19
E.M. Voleibol. JUVENIL FEMENINO Nacidas 2008, 2009, y 2010)	M y J, 19.20
E.M. Voleibol. CADETE FEMENINO (Nacidas/os 2011 y 2012)	M y J, 19- 20 y/o 20-21
E.M. Voleibol. SENIOR FEMENINO. Nacidas en 2007 y mayores.	M y J, 20-21



***La Direccion Deportiva de la Escuela podrá decidir y realizar modificaciones de horario y grupo de alguna de las personas inscritas, en función de las necesidades o características de los equipos y categorías.**

Calendario de la actividad: Clases de octubre a mayo ambos incluidos, en los días de la semana señalados en la tabla y siguiendo calendario escolar del Colegio Villa de Cobeña, es decir, exceptuando los coincidentes con vacaciones, no lectivos, fiestas nacionales o locales

RUNNING

Técnica de la carrera, adaptando la planificación y las sesiones, y trabajando las fases de iniciación y perfeccionamiento, en función del nivel de cada alumn@. Asesoramiento para el entrenamiento individualizado. Campo a través.

Comienzo de la actividad, lunes 5 de octubre. Lugar de realización: Grupos Infantiles, Pol. Municipal (cancha multiusos, frontón, etc). Grupo adultos, Parque Mirador

Actividad – Categoría. Actividad al aire libre.	Días y horarios
E.M. RUNNING 3 JUVENIL Y ADULT@S	L y X, 19.45 a 20.45



Calendario Grupo adultos: clases de octubre a junio, en los días de la semana señalados en la tabla de horarios exceptuando festivos nacionales, autonómicos y locales. **La clase descansará en el periodo de vacaciones de Navidad según calendario escolar del Colegio Villa de Cobeña.** En esta clase, en diciembre se cobrará a la persona usuaria, medio mes, y en enero, mes completo.

GIMNASIA RÍTMICA

Combina elementos de ballet, gimnasia y danza con el uso de diversos aparatos como aro, pelota, etc. Se acompañan de música para mantener un ritmo y coreografía. Modalidades: individual y de conjuntos. **Los grupos de gimnasia rítmica comparten cancha y horario con otras actividades deportivas musicales. *Calendario de la actividad:*** Clases de octubre a mayo ambos incluidos, en los días de la semana señalados en la tabla y siguiendo calendario escolar del Colegio Villa de Cobeña, es decir, exceptuando los coincidentes con vacaciones, no lectivos, fiestas nacionales, autonómicos y locales. ***Comienzo de la actividad, martes 6 de octubre.***

Lugar de realización: Cancha Fuente Arriba

Actividad - Categoría	Días y horarios
E.M. GIMNASIA RÍTMICA - (Nacidos/as 2009 A 2022)	M y J, 18.00 a 19.00

* Las coordinadoras y profesoras de la actividad decidirán la composición de los grupos, en función de edad, nivel o proyección. En el caso de que se formara grupo de competición, serán también las profesoras y coordinadora de la actividad las que tomen la decisión sobre que alumn@s van componiendo el equipo, según actitud, aptitud, asistencia a clases, comportamiento, calidad, progresión de las alumnas y otros factores técnicos



ESCUELA DE KÁRATE

El karate es un arte marcial tradicional en el que se combina la técnica y habilidades específicas de los movimientos con el acondicionamiento físico. Fomenta, además valores importantes en el desarrollo humano y evolución personal. **Calendario de la actividad:** Clases de octubre a junio ambos incluidos, en los días de la semana señalados en la tabla y siguiendo calendario escolar del Colegio Villa de Cobeña, es decir, exceptuando los coincidentes con vacaciones, no lectivos, fiestas nacionales, autonómicas y locales. **Comienzo de la actividad, martes 6 de octubre.**

Lugar de realización: Aula Multiusos Polideportivo Municipal

MUY IMPORTANTE:

- **Se enviará sms a los alumnos inscritos para comunicarles hora y día de reunión para asignar horario y grupo a cada uno y aclarar dudas, o bien se enviará directamente en que horario provisional se les ha asignado para comenzar el primer día, que será el martes 6 de octubre**
- **Absténgase de presentarse en el Aula para comenzar la actividad, los alumnos que no se hayan inscrito oficialmente mediante renovación o nueva inscripción. Si no están inscritos en los plazos indicados NO tienen plaza en la actividad, independientemente de su antigüedad en la Escuela.**

La tabla de grupos y horarios simplemente orientativa. Los profesores de la actividad decidirán el horario definitivo para l@s alumn@s, en función a su edad, nivel, proyección o número de alumn@s por categoría/grupo.

Actividad - Categoría	Días y horarios
Los horarios y categorías en cada grupo son orientativos.	
Fecha de nacimiento mínima: 2021	
• Chupetín/Prebenjamín. M y J, 16.45-17.30 • Benjamín/Alevín. M y J, 17.30-18.15 • Alevín/Infantil. M y J, 18.15-19.10 • Infantil, cadete, juvenil M y J, 19.10-20.10	
• Karate/Defensa Personal Adultos MJ 20.10-21.15	

JUDO

Deporte olímpico y método de autodefensa. Reconocido y recomendado por la **UNESCO** como mejor deporte inicial y formativo para niños y jóvenes. Mixto. Promueve valores como la amistad, participación, respeto y el esfuerzo por mejorar. Indicado para el desarrollo tanto físico como psíquico.

Lugar de realización: *Aula Multiusos Polideportivo Municipal*

Actividad - Categoría	Días y horarios
E.M. JUDO (A partir de 4 años)	VIERNES 17.30- 19.30



Calendario de la actividad: Clases de octubre a mayo ambos incluidos, en los días de la semana señalados en la tabla y siguiendo calendario escolar del Colegio Villa de Cobeña, es decir, exceptuando los coincidentes con vacaciones, no lectivos, fiestas nacionales, autonómicas y locales. **Comienzo de la actividad, viernes 9 de octubre.**

BOXEO

Una forma divertida y segura de ponerte en forma, liberar estrés y mejorar tu coordinación. El boxeo ofrece beneficios como mejora de la condición cardiovascular, fortalecimiento muscular y quema de calorías. En resumen, el boxeo moderno es un deporte dinámico y exigente que combina técnica, fuerza y estrategia, con reglas y regulaciones que buscan garantizar la seguridad de los participantes y la equidad en la competencia.

A PARTIR DE 13 AÑOS Y ADULTOS

Actividad	Días y horarios
BOXEO GRUPO 1	L y X 17.30-18.30
BOXEO GRUPO 2	L Y X 18.30 a 19.30
BOXEO GRUPO 3	L Y X 19.30 a 20.30



Lugar de realización: Pabellón Polideportivo Municipal La Dehesa.

Calendario: clases de octubre a junio, en los días de la semana señalados en la tabla de horarios, exceptuando festivos nacionales, autonómicos y locales. **Las clases descansarán en el periodo de vacaciones de Navidad según calendario escolar del Colegio Villa de Cobeña.** En esta clase, en diciembre se cobrará a la persona usuaria, medio mes, y en enero, mes completo. ***Comienzo de la actividad, lunes 5 de octubre***

ZUMBA INFANTIL/JUVENIL

Actividad que mezcla estilos musicales y bailes: salsa, reggaeton, rumba, moderno, hip-hop, flamenco, samba, etc. Divertido, tonificante y mejora el sentido del ritmo y la coordinación.

Los grupos de zumba infantil y juvenil comparten cancha y horario con otras actividades deportivas. Calendario de la actividad: Clases de octubre a mayo ambos incluidos, en los días de la semana señalados en la tabla y siguiendo calendario escolar del Colegio Villa de Cobeña, es decir, exceptuando los coincidentes con vacaciones, no lectivos, fiestas nacionales, autonómicas y locales. **Comienzo de la actividad, martes 6 de octubre**

Lugar de realización: Cancha Fuente Arriba

Actividad - Categoría	Días y horarios
E.M. ZUMBA INFANTIL - (Nacidos/as del 2014 al 2021).	M y J, 18.00 a 19.00
E.M. ZUMBA JUVENIL - (Nacidos/as del 2009 a 2013)	M y J, 17.00 a 18.00

***Esta tabla de horarios de clase según años de nacimiento es provisional. Puede haber modificaciones sugeridas por la Dirección de la Escuela según las características de l@s inscrit@s**



ESCUELA DE FÚTBOL

NUEVAS INSCRIPCIONES EN FÚTBOL. DIRECTAMENTE CON LA ESCUELA

Para solicitar nueva inscripción para la temporada 26-27, hay que hacerlo a través de la web de la Escuela de Fútbol: www.emfcobena.com en el **MENU> INSCRIPCIONES**

En el citado enlace podrás acceder a todos los archivos relacionados con cuotas, formas/plazos de pago, ropa deportiva, y también podrás cumplimentar el formulario de solicitud de inscripción.

Para cualquier duda o consulta ponte en contacto con nosotros

Atención al público de la Escuela de Fútbol: Oficina en la entrada del Polideportivo Municipal.
Correo electrónico: efcobena@gmail.com

También por cita previa contactando con el Coordinador de la Escuela de Fútbol en el teléfono 669715002

Dirección – Email de contacto
efcobena@gmail.com

Contabilidad
contabilidad.efcobena@gmail.com

Coordinación
coordinacion.emfcdcobena@gmail.com

Campus - Tecnificación
campus.emfcdcobena@gmail.com



ESCUELA DE FÚTBOL. INICIOS DE PRETEMPORADA 2026 2027

- Horarios y días orientativos.
- Configuración de equipos atendiendo a decisiones técnicas y respetando los valores de la Escuela.

- Se publicarán las listas a la vez que el resto, decidiendo y configurando los grupos bajo supervisión de Dirección y cuerpo técnico.
- Las listas se publicarán en la web oficial de la EMF C.D.Cobeña, con al menos una semana de antelación al inicio (www.emfcobeña.com)
- Los horarios y días de entrenamiento podrán ser modificados dependiendo de configuración de equipos y disponibilidad de espacios (los horarios definitivos serán informados 15 días previos al comienzo)

				
CATEGORIA	AÑO NACIMIENTO	DIAS ENTRENOS	HORARIO	FECHA COMIENZO
CHUPETIN	2022-2021	L-X	17:15~18:15	14/09/2026
PREBENJAMIN	2020-2019	L-X	17:15~18:15	02/09/2026
BENJAMIN	2018-2017	M-J	17:15~18:15	01/09/2026
ALEVIN F7 A-B-C	2016-2015	M-J	17:15~18:15	01/09/2026
ALEVIN F11	2015	L-X	18:15~19:30	02/09/2026
ALEVIN F7 FEM	2018-2017-2016-2015	L-X	17:15~18:15	02/09/2026
INFANTIL A	2014-2013	M-J-V	18:15~19:30	01/09/2026
INFANTIL B	2014-2013	M-J	19:15~20:30	01/09/2026
		V	17:15~18:15	
INFANTIL C	2014-2013	L-X	18:15~19:30	02/09/2026
		V	17:15~18:15	
INFANTIL F11 FEM	2014-2013	L-X	18:15~19:30	02/09/2026
CADETE A	2012-2011	M-J-V	19:15~20:30	01/09/2026
CADETE B	2012-2011	L-X-V	18:15~19:30	02/09/2026
		V	19:15~20:30	
CADETE C	2012-2011	L-X	19:15~20:30	02/09/2026
		V	18:15~19:30	
CADETE FEM	2012-2011	L-X	19:15~20:30	02/09/2026
JUVENIL A	2010-2009-2008	M-J-V	19:15~20:30	18/08/2026
JUVENIL B	2010-2009-2008	M-J	18:15~19:30	25/08/2026
		X	19:15~20:30	
JUVENIL C	2010-2009-2008	M	20:00~21:30	25/08/2026
		J	19:15~20:30	
		V	20:30~21:30	
JUVENIL FEM	2011-2010-2009-2008	L-X	19:15~20:30	02/09/2026
PRIMER EQUIPO	2007+	M-J-V	20:30~22:00	17/08/2026
SENIOR B	2007+	M-J-V	20:30~22:00	25/08/2026
SENIOR FEM	2007+	L-X	20:30~22:00	24/08/2026

ESCUELA DE TENIS

De septiembre a junio. Comienzo de las clases: Tanto clases de diario como de fin de semana, comienzo provisional a partir del 14 de septiembre según grupos edad/nivel.
Consultar fecha de inicio y calendario específico de la actividad con la propia Escuela de Tenis.

Pretenis, Iniciación, Iniciación Avanzada, Perfeccionamiento	Días y horarios	Instalación
Niños (a partir de 4 años)	De lunes a viernes: 2 días a la semana por la tarde, horario según edad/nivel: L y X; M y J; V, etc. Consultar cualquier tipo de combinación de días	Polideportivo Municipal
	S y D mañanas, horario según edad/nivel	
Adultos	De lunes a viernes: 2 días a la semana por la tarde, horario según edad/nivel: L y X; M y J; V, etc. Consultar cualquier tipo de combinación de días	
	S y D mañanas, horario según nivel	

RENOVACIONES y NUEVAS INSCRIPCIONES ESCUELA DE TENIS 2026/2027

Directamente con la Escuela de Tenis

Director: Fernando Granero. Teléfono 607999503



ESCUELA DE PÁDEL

De octubre a junio. Comienzo de las clases: Comienzo a partir del día 14 de septiembre según grupos edad/nivel. Pruebas de nivel para nuevos usuarios.

Consultar calendario específico con la propia Escuela de Pádel

Grupos iniciación y perfeccionamiento	Días y horarios	Instalación
Niños (a partir de 6 años) De 4 a 6 alumnos	L y X; M y J o V tardes, horario según edad/nivel	Polideportivo Municipal
	S y D mañanas, horario según edad/nivel	
Adultos (4 alumnos)	L y X; M y J o V tardes, horario según nivel	
	S y D mañanas, horario según nivel	
	Posibilidad grupos de lunes, miércoles y viernes por las mañanas si hubiera demanda. Posibilidad de 1/2/3 días en semana en función de grupos y organización de la Escuela. Consultar posibles opciones de combinación de días	

ESCUELA DE PADEL 2026/2027. POLIDEPORTIVO MUNICIPAL DE COBEÑA

Clases particulares o grupos reducidos bajo demanda.

Comienzo, 15 de septiembre de 2026, finalización del curso, 30 de junio de 2027.

NUEVAS INSCRIPCIONES DEL 23 DE AGOSTO AL 10 DE SEPTIEMBRE A TRAVÉS DEL CORREO
aroaitorpadelsport@gmail.com.

Indicar en el correo nombre y apellidos y teléfono

CDE AROAITOR



ESCALADA

Enseñanza y entrenamiento para la escalada deportiva. Vías de diferente dificultad. Travesías. Adaptado a edad, nivel físico y técnico.

Escuela Infantil: Juegos de iniciación a la escalada como herramienta para desarrollar en el niño, entre otras, las habilidades de agilidad, equilibrio y coordinación.

Escuela Adultos: Aprendizaje y entrenamiento de las cualidades y técnicas de escalada. Introducción al mundo entrenamiento de la escalada en roca.

Calendario de la actividad:

Grupos/clases de niños/jóvenes: Clases de octubre a junio ambos incluidos, en los días de la semana señalados en la tabla de horarios, siguiendo calendario escolar del Colegio Villa de Cobeña, es decir, exceptuando los coincidentes con vacaciones, no lectivos, festivos nacionales, autonómicos y locales.

- **Grupos/clases de adultos:** clases de octubre a junio, en los días de la semana señalados en la tabla de horarios exceptuando festivos nacionales, autonómicos y locales y el descanso del periodo navideño entre 23 de diciembre y 6 de enero.

Comienzo de la actividad lunes 5 de octubre (provisional)

Lugar de realización: Travesía Pabellón / Rocódromo exterior

Horarios*	Grupos/Edades
L-X, 18.30 – 19.30	De 10 a 13 años
L-X, 19.30 – 21.00	A partir de 14 años/adultos

****En función del número de inscritos se podrían unificar grupos y modificar horarios***



GIMNASIO MUNICIPAL. Polideportivo Municipal

Horario del gimnasio municipal: de lunes a viernes de 09.00 a 21.30 horas, en horario ininterrumpido, y sábados, domingos y festivos de 09.00 a 20.00.

Inscripciones: de lunes a viernes de 11.00 a 14.00 y 17.00 a 20.00 presencial en oficina Pabellón cubierto. Horarios provisionales.

En el momento de darse de alta hay que cumplimentar formulario con datos personales y bancarios, y hay que abonar el alta y la primera cuota mensual. Después, cuotas domiciliadas a mes vencido. En caso de detectarse recibos devueltos no se podrá acceder hasta que se abonen.

Precios

Alta 15 €. Cuota mes 20 €.

Aforo: los usuarios tendrán permiso para un solo acceso diario. Si quieres asegurarte como está el **aforo antes de acudir** al gimnasio, puedes llamar al teléfono directo del **gimnasio 683 531 088** (de lunes a viernes de 10.00 a 12.00 y de 17.00 a 21.00 y fines de semana y festivos de 10.00 a 13.00), y los monitores te informarán.

Baja de la actividad: Tenéis la posibilidad de solicitar la baja enviando un correo indicando los datos personales y la solicitud de baja a la dirección de correo deportes@ayto-cobena.org

El plazo para presentación de la solicitud de baja finaliza el día 25 del mes anterior al que se desea que surta efecto la baja.



GAP

Trabajo específico de fuerza, resistencia y coordinación de glúteos, abdominales y piernas aplicando y adaptando las intensidades a todo tipo de personas, independientemente de su condición física. A partir de 16 años

Calendario de la actividad: *clases de octubre a junio* en los días de la semana señalados en la tabla de horarios, exceptuando festivos nacionales, autonómicos y locales. **Las clases descansarán en el periodo de vacaciones de Navidad según calendario escolar del Colegio Villa de Cobeña. En diciembre se cobrará al usuario medio mes, y en enero, mes completo.** Cada alumn@ debe llevar su propia esterilla. **Comienzo de la actividad, martes 6 de octubre.**

Lugar de realización: Sala anexa a Centro de Salud

Actividad	Días y horarios
GAP	M y J, 18.00 a 19.00



PILATES

Calendario de la actividad: clases de octubre a junio ambos incluidos y completos, en los días de la semana señalados en la tabla de horarios, exceptuando festivos nacionales, autonómicos y locales. **Las clases descansarán en el periodo de vacaciones de Navidad según calendario escolar del Colegio Villa de Cobeña. En diciembre se cobrará al usuario medio mes, y en enero, mes completo.** Cada alumno debe llevar su propia esterilla. A partir de 16 años.

Comienzo actividad grupos lunes y miércoles: lunes 5 de octubre

Comienzo actividad grupos martes y jueves: martes 6 de octubre

PILATES	Lugar de Realización
PILATES L y X, 11.00 a 12.00	Sala anexa a Centro de Salud
PILATES L y X, 17.00 A 18.00	Sala anexa a Centro de Salud
PILATES L y X, 18.00 a 19.00	Sala anexa a Centro de Salud
PILATES L y X, 19.00 a 20.00	Sala anexa a Centro de Salud
PILATES L y X, 20.00 a 21.00	Sala anexa a Centro de Salud
PILATES L y X, 21.00 a 22.00	Sala anexa a Centro de Salud
PILATES M y J, 19.00 a 20.00	Sala anexa a Centro de Salud
PILATES M y J, 20.00 a 21.00	Cancha Fuente Arriba. C/ Fuente 17
PILATES L y X 09.30 a 10.30	Aula Multiusos Pol. Municipal
PILATES L y X 19.30 a 20.30	Aula Multiusos Pol. Municipal
PILATES L y X, 20.30 a 21.30	Aula Multiusos Pol. Municipal

SPINNING

Calendario de la actividad: clases de octubre a mayo, en los días de la semana señalados en la tabla de horarios, exceptuando festivos nacionales, autonómicos y locales. **Las clases descansarán en el periodo de vacaciones de Navidad según calendario escolar del Colegio Villa de Cobeña. En diciembre se cobrará al usuario medio mes, y en enero, mes completo.**

En función de número de alumnos inscritos se podrían unificar grupos.

Las clases que se realizan en la sala anexa al gimnasio, en el Polideportivo Municipal

Fecha de comienzo grupo lunes y miércoles: lunes 5 de octubre

Fecha de comienzo grupos martes y jueves: martes 6 de octubre

Actividad	Lugar de Realización
SPINNING L y X, 18.00 a 19.00	Sala Spinning Gimnasio Mpal
SPINNING M y J, 18.00 a 19.00	Sala Spinning Gimnasio Mpal
SPINNING M y J, 20.00 a 21.00	Sala Spinning Gimnasio Mpal



12 personas máximo por clase. A partir de 18 años.

FIT DANCE

Fit Dance es una clase de baile en el que se trabajan coreografías de diferentes y variados estilos musicales, con el fin, sobre todo, de divertirse mucho. Es una actividad ideal para quemar calorías, ejercitar el corazón, fortalecer musculatura y huesos, mejorar equilibrio y coordinación, etc. Es tan divertido que se te olvidará que estás haciendo ejercicio.

Actividad	Días y horarios
FIT DANCE	L Y X 18.00 a 19.00
FIT DANCE	L Y X 20.00 a 21.00



Lugar de realización: Pabellón Polideportivo Municipal La Dehesa

Calendario de la actividad: clases de octubre a junio ambos incluidos y completos, en los días de la semana señalados en la tabla de horarios, exceptuando festivos nacionales, autonómicos y locales. **Las clases descansarán en el periodo de vacaciones de Navidad según calendario escolar del Colegio Villa de Cobeña. En diciembre se cobrará al usuario medio mes, y en enero, mes completo.** Cada alumno debe llevar su propia esterilla. A partir de 16 años.

Comienzo de la actividad, lunes 5 de octubre.

CARDIO BOX

El Cardio Box es una actividad grupal con música, dirigida a adultos, superdivertida, en la que trabajaremos aeróbica y anaeróbicamente todo el cuerpo, a partir de diversas coreografías con ejercicios que simulan y combinan, golpes y patadas de boxeo, kickboxing, karate, etc. Son repeticiones rápidas al ritmo de la música en las que se descarga gran cantidad de energía y se queman muchas calorías. No te lo pierdas.

Actividad -	Categoría	Días y horarios
	CARDIO BOX	L Y X 19.00 a 20.00



Lugar de realización: *Pabellón Polideportivo Municipal La Dehesa*

Calendario de la actividad: clases de octubre a junio ambos incluidos y completos, en los días de la semana señalados en la tabla de horarios, exceptuando festivos nacionales, autonómicos y locales. **Las clases descansarán en el periodo de vacaciones de Navidad según calendario escolar del Colegio Villa de Cobeña. En diciembre se cobrará al usuario medio mes, y en enero, mes completo.** Cada alumno debe llevar su propia esterilla. A partir de 16 años.

Comienzo de la actividad, lunes 5 de octubre.

TOTAL TRAINING (ENTRENAMIENTO TOTAL)

Actividad dirigida a público exigente con ganas de trabajar en detalle su estado físico. Entrenamiento exhaustivo de todas las partes del cuerpo, desarrollo muscular, resistencia, elasticidad, coordinación, fuerza, potencia y tonificación muscular. Entrenamiento utilizado para preparación física óptima de deportes de competición. Variado y entretenido. También se utiliza en entrenamientos de academias militares. **Adult@s**

Calendario de la actividad: **Clases de octubre a junio** ambos incluidos, en los días de la semana señalados en la tabla de horarios, exceptuando festivos nacionales, autonómicos y locales. **Las clases descansarán en el periodo de vacaciones de Navidad según calendario escolar del Colegio Villa de Cobeña.** En diciembre se cobrará al usuario medio mes, y en enero, mes completo. Cada alumno debe llevar su propia esterilla. **Comienzo de la actividad lunes 5 de octubre**

Lugar de realización: Cancha Fuente Arriba

Actividad	Días y horarios
TOTAL TRAINING	L y X, 21.00 a 22.00



WEIGHT LOSS (PÉRDIDA DE PESO)

Circuitos de entrenamientos funcionales, donde se mezclan ejercicios de glúteos, abdominales, piernas, brazos, espalda, pecho, etc. Los objetivos principales son la tonificación integral muscular y gasto calórico para perder grasa. Ideal como clase intensa, corta y con grandes resultados en pérdida de peso y dar forma al cuerpo. **Adult@s**

Calendario de la actividad: Clases de octubre a junio ambos incluidos, en los días de la semana señalados en la tabla de horarios, exceptuando festivos nacionales, autonómicos y locales. Las clases descansarán en el periodo de vacaciones de Navidad según calendario escolar del Colegio Villa de Cobeña. En diciembre se cobrará al usuario medio mes, y en enero, mes completo. Cada alumno debe llevar su propia esterilla.

Comienzo de la actividad, martes 6 de octubre

Lugar de realización: Cancha Fuente Arriba

Actividad	Días y horarios
WEIGHT LOSS	M y J, 21.00 a 22.00



BODY FIT

El Body Fit es una actividad grupal dirigida a mayores de 18 años en la que trabajaremos aeróbica y anaeróbicamente el cuerpo, de forma amena y divertida, con ejercicios que trabajarán la flexibilidad, movilidad articular, resistencia cardiovascular, fuerza y resistencia muscular, tonificación, agilidad, equilibrio, coordinación y velocidad.

Actividad	Días y horarios
Body Fit Adultos	M y J 17.00 a 18.00



Lugar de realización: Cancha Fuente Arriba

Calendario de la actividad: clases de octubre a junio, en los días de la semana señalados en la tabla de horarios, exceptuando festivos nacionales, autonómicos y locales. **Las clases descansarán en el periodo de vacaciones de Navidad según calendario escolar del Colegio Villa de Cobeña. En diciembre se cobrará al usuario medio mes, y en enero, mes completo.**

Comienzo de la actividad, martes 6 de octubre.

ZUMBA

Actividad física y musical, en la que a través de coreografías y rutinas con mezclas de los más modernos y apasionantes ritmos latinos, se ejercita la resistencia, coordinación corporal y musical, y equilibrio. Con esta combinación se obtiene una clase de zumba divertida y de calidad donde profesor y alumnos aportan su creatividad y ritmo para llevar a cabo una actividad muy estimulante. A partir de 16 años.

Calendario de la actividad: Clases de octubre a junio ambos incluidos, en los días de la semana señalados en la tabla de horarios, exceptuando festivos nacionales, autonómicos y locales. **Las clases descansarán en el periodo de vacaciones de Navidad según calendario escolar del Colegio Villa de Cobeña. En diciembre se cobrará al usuario medio mes, y en enero, mes completo.** Cada alumno debe llevar su propia esterilla. Se comparte pista con otras actividades.

Lugar de realización: Cancha Fuente Arriba

Actividad	Fecha de comienzo de la actividad
ZUMBA L y X, 19.00 a 20.00	Lunes 5 de octubre
ZUMBA L y X, 20.00 a 21.00	Lunes 5 de octubre
ZUMBA M y J, 19.00 a 20.00	Martes 6 de octubre



HIOPRESIVOS

La **gimnasia abdominal hipopresiva**, es un concepto nuevo de entender la contracción vía refleja de la zona abdominal y los músculos del suelo pélvico. Consiste en iniciar un buen control respiratorio que debe ser abdomino-diafragmático para conseguir mayor ventilación pulmonar, mayor flujo de oxígeno en sangre, menor gasto energético y relajación. Dicha gimnasia **asienta una buena base postural**, a través de la correcta colocación de la columna, parrilla costal y pelvis, todo ello muy ligado al correcto movimiento de la caja torácica durante la respiración.

Calendario de la actividad: clases de octubre a junio ambos incluidos y completos, en los días de la semana señalados en la tabla, excepto los coincidentes con fiestas nacionales o locales. **La actividad descansará en el periodo de vacaciones de Navidad del calendario escolar del Colegio Villa de Cobeña.**

Cada alumno debe llevar su propia esterilla. Se comparte espacio con otras actividades.

Lugar de realización: Cancha Fuente Arriba

Actividad	Fecha de comienzo de la actividad
HIOPRESIVOS M y J 20.00 a 20.30	Martes 6 de octubre
HIOPRESIVOS M y J 20.30 a 21.00	Martes 6 de octubre



YOGA

Actividad física basada en técnicas de relajación, posturas y estiramientos adecuados a los distintos niveles del alumno. A partir de 16 años

Calendario de la actividad: clases de octubre a junio ambos incluidos, en los días de la semana señalados en la tabla de horarios, exceptuando festivos nacionales, autonómicos y locales. **Las clases descansarán en el periodo de vacaciones de Navidad según calendario escolar del Colegio Villa de Cobeña. En diciembre se cobrará al usuario medio mes, y en enero, mes completo.** Cada alumno debe llevar su esterilla.

Fecha de comienzo grupo lunes y miércoles: lunes 5 de octubre

Fecha de comienzo grupos martes y jueves: martes 6 de octubre

Actividad	Lugar de realización
YOGA LX 18.30-19.30	Aula Multiusos Pol. Municipal
YOGA M y J 20.00 a 21.00	Sala Centro de Salud
YOGA M y J 21.00 a 22.00	Sala Centro de Salud





En este curso aprenderás las nociones básicas de la costura a máquina. Podrás hacer proyectos personalizados de costura acordes a tu nivel, solo tienes que traer tu máquina de coser y muchas ganas de aprender.

Imprescindible tener máquina de coser y llevarla a clase.

Actividad	Días y horarios
Taller de Costura. Viernes de 16.30 a 18.30 y 18.30 a 20.30 (dos turnos en función del número de inscritos)	

- La profesora de la actividad coordinará la asistencia de las alumnas repartiendo al grupo en ambos horarios

Lugar de realización: Casa Asociaciones

Calendario de la actividad: Clases de octubre a mayo ambos incluidos, en los días de la semana señalados en la tabla exceptuando los coincidentes con fiestas nacionales, autonómicas y locales. **Comienzo de la actividad, viernes 9 de octubre.**

CATA DE VINOS

Impartido por sumiller titulado con dilatada experiencia, con el objetivo de guiar a los alumnos en la cata de la gran diversidad de vinos españoles y algunos de los más destacados de otros países.

Descubrir sus secretos, sus aromas, colores y sabores con el fin de aprender a catar para conocer, poder apreciar y valorar mejor los vinos. Clases participativas Sesiones de cata amenas, didácticas con el ánimo de llevar a los participantes al pleno disfrute. Bajo la idea de un consumo responsable, cada sesión consta de una parte teórica y una parte práctica en la que se catan diversos vinos.

PROGRAMA

Fases de la Cata (visual, olfativa y gustativa). Aprende a abrir una botella de vino y su correcto servicio. Tipos de vino, clasificación de los vinos, decantación. Consejos prácticos para la compra de vino.. Defectos del vino. Elaboración.

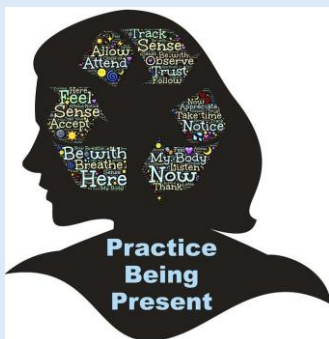


Actividad	Días y horarios
Cata de vinos. Sábados 12.00 a 14.00	

Lugar de realización: Casa Asociaciones

Calendario de la actividad: Clases de octubre a mayo ambos incluidos, en los días de la semana señalados en la tabla exceptuando los coincidentes con fiestas nacionales, autonómicas y locales. **Comienzo de la actividad, sábado 10 de octubre.**

MINDFULNESS



Mindfulness está basado en una técnica de meditación que consiste en "tomar conciencia del momento presente sin juzgar", "tomar conciencia de la realidad". La atención plena y la conexión con el aquí y el ahora se pueden entrenar, y son recursos que facilitarán reconducir el sufrimiento emocional y que contribuyen a mejorar la salud.

Calendario de la actividad: Clases de octubre a mayo ambos inclusive. según se indica en tabla de horarios, exceptuando festivos nacionales, autonómicos y locales. **Las clases descansarán en el periodo de vacaciones de Navidad según calendario escolar del Colegio Villa de Cobeña. En diciembre, se cobrará al usuario medio mes, y en enero, mes completo.** Aconsejable que cada alumno lleve su propia esterilla. Grupos de 1 día de clase a la semana

Actividad	Fecha de comienzo de la actividad
Mindfulness miércoles 18.00 a 19.00	Miércoles 7 de octubre

Lugar de realización: Biblioteca Municipal

AJEDREZ

El **ajedrez** es un juego entre dos personas, cada una de las cuales dispone de 16 piezas móviles que se colocan sobre un tablero cuadriculado dividido en 64 casillas o escaques alternadas en colores blanco y negro (8x8). Desarrolla la concentración, la inteligencia y la capacidad estratégica. En su versión de competición está considerado como un deporte.

Calendario de la actividad: Clases de octubre a mayo ambos incluidos, en los días de la semana señalados en la tabla y siguiendo calendario escolar del Colegio Villa de Cobeña, es decir, exceptuando los coincidentes con vacaciones, no lectivos, fiestas nacionales, autonómicas y locales. **Comienzo de la actividad, viernes 9 de octubre.**

Lugar de realización: Biblioteca Municipal

Actividad. A partir de 6 años y hasta adultos	Fecha de comienzo de la actividad
Grupo 1. INICIACIÓN. VIERNES 18.00 A 20.00	Viernes 9 de octubre
Grupo 2. AVANZADO. VIERNES 18.00 A 20.00	



ROBÓTICA

La **robótica** es la rama de las ingenierías mecánica, electrónica, biomédica, y de las ciencias de la computación, que se ocupa del diseño, construcción, operación, estructura, manufactura, y aplicación de los robots. La robótica combina diversas disciplinas como son: la mecánica, la electrónica, la informática, la inteligencia artificial, la ingeniería de control y la física. Otras áreas importantes en robótica son el álgebra, los autómatas programables, la animatrónica y las máquinas de estados. La robótica va unida a la construcción de "artefactos" o robots que tratan de materializar el deseo humano de crear seres a su semejanza.

Calendario de la actividad: Clases de octubre a mayo ambos incluidos, en los días de la semana señalados en la tabla y siguiendo calendario escolar del Colegio Villa de Cobeña, es decir, exceptuando los coincidentes con vacaciones, no lectivos, fiestas nacionales, autonómicas y locales. **Comienzo de la actividad, viernes 9 de octubre.**

Lugar de realización: Biblioteca Municipal

Actividad	Días y horario
Robótica Grupo 1 a partir 6 años	Viernes 17.15 a 18.45
Robótica Grupo 2 a partir 6 años	Viernes 18.45 a 20.15



PINTURA Y CERÁMICA

Se enseñarán diferentes técnicas de decoración, pintura y dibujo. Objetivos: Fomentar la creatividad y conocer el mundo del Arte de forma práctica. Terminaremos con una exposición de las obras realizadas.

Calendario de la actividad: Clases de octubre a junio ambos incluidos, en los días de la semana señalados en la tabla, excepto los coincidentes con fiestas nacionales, autonómicos y locales, y vacaciones de Navidad y Semana Santa.

Lugar de realización: *Biblioteca Municipal*

Actividad	Comienzo de la actividad
Pintura y cerámica Adultos Martes 19.00 a 21.00	Martes 6 octubre
Pintura y cerámica Adultos Miércoles 10.00 a 12.00	Miércoles 7 de octubre
Pintura y cerámica Adultos Miércoles 19.00 a 21.00	Miércoles 7 de octubre
Pintura y cerámica Adultos Jueves 10.00 a 12.00	Jueves 8 de octubre
Pintura y cerámica niñ@s. Martes 4-6 años 17.30 a 18.30	Martes 6 de octubre
Pintura y cerámica niñ@s. Miércoles 4-6 años 17.30 a 18.30	Miércoles 7 de octubre
Pintura y cerámica niñ@s. Jueves 7-12 años 17.30 a 19.00	Jueves 8 de octubre
Pintura y cerámica niñ@s. Viernes 7-12 años 17.30 a 19.00	Viernes 9 de octubre

BOLILLOS

Técnica de encaje textil consistente en entretejer hilos que inicialmente están enrollados en bobinas llamadas bolillos. El tejido se sujeta mediante alfileres clavados en una almohadilla, que se llama "mundillo". El encaje de bolillos es una de las expresiones más bellas y refinadas.

Calendario de la actividad: Clases de octubre a junio ambos incluidos, en los días de la semana señalados en la tabla, excepto los coincidentes con fiestas nacionales, autonómicas y locales. Se consideran también festivos a efectos del calendario de la actividad los días 24 y 31 de diciembre y 5 de enero.

Lugar de realización: Casa de Asociaciones

Actividad	Fecha de comienzo de la actividad
BOLILLOS. Miércoles 10.30 A 12.30	Miércoles 7 de octubre



TERCERA EDAD

En las clases en las que el número de solicitudes superen el aforo permitido, las plazas se adjudicarán por sorteo y el resto quedará en lista de espera.

Pilates. Sala Centro de Salud

- Grupo 1. Lunes y miércoles 08.45 - 09.45. Comienzo lunes 5 octubre
- Grupo 2. Lunes y miércoles 09.45 - 10.45. Comienzo lunes 5 octubre
- Grupo 3. Martes y jueves 09.45 - 10.45. Comienzo martes 6 octubre

Gimnasia de Mantenimiento. Sala Centro de Salud

- Grupo 1. Martes y jueves de 10.45 a 11.45. Comienzo martes 6 de octubre
- Grupo 2. Martes y jueves de 11.45 a 12.45. Comienzo martes 6 de octubre

Rehabilitación. Sala Centro de Salud

- Grupo 1. Viernes de 09.45 a 10.45. Comienzo viernes 9 de octubre
- Grupo 2. Viernes de 10.45 a 11.45. Comienzo viernes 9 de octubre.

Manualidades. Casa de Asociaciones

- Grupo Jueves de 17.30 a 19.30. Comienzo jueves 8 de octubre

Calendario de la actividad: clases de octubre a junio ambos incluidos, en los días de la semana señalados en cada actividad, exceptuando festivos nacionales, autonómicos y locales. **Las clases descansarán en el periodo de vacaciones de Navidad según calendario escolar del Colegio Villa de Cobeña. En diciembre se cobrará al usuario medio mes, y en enero, mes completo.** Cada alumno debe llevar su esterilla.

PRECIO, ALTA 5 €. CUOTA MENSUAL 5 €

Inscripciones Tercera Edad:

Puedes consultar presencialmente en el Ayuntamiento, de 09.00 a 14.00 horas, polideportivo 916208690 y deportes@ayto-cobena.org

EN PRINCIPIO CADA PERSONA SE PODRÁ APUNTAR A UNA ÚNICA ACTIVIDAD FÍSICA MÁS MANUALIDADES. NO SE TENDRÁ EN CUENTA LA INSCRIPCIÓN A UNA SEGUNDA ACTIVIDAD FÍSICA, A NO SER QUE HAYA PLAZAS DISPONIBLES.

SI DURANTE UN TRIMESTRE NO SE COMPLETA EL 75% DE ASISTENCIA, EL AYUNTAMIENTO SE RESERVA EL DERECHO A SUPRIMIR DICHA ACTIVIDAD.

EL AYUNTAMIENTO PODRÁ UNIFICAR GRUPOS EN UN MISMO HORARIO EN FUNCIÓN DE INSCRIPCIONES Y ASISTENCIA

ESCUELA MUNICIPAL DE MÚSICA Y DANZA DE COBEÑA

INFORMACIÓN E INSCRIPCIONES 2026/2027

**Inscripciones e información pendiente de publicación en
www.ayto-cobena.org**



Escuela Municipal de Música y Danza

Calle Fuente el Saz, 8. 28863 - Cobeña (Madrid)

Teléfonos: 679 917 559 - 91 620 81 87

Correo Electrónico: escuelamusicaydanza@ayto-cobena.org



CENTRO DE EDUCACIÓN DE PERSONAS ADULTAS



¡Matrícula abierta!

➔ Título Secundaria (ESO) ➔

(Presencial y distancia / Mañanas y tardes)

➔ Acceso Grado Superior y Universidad

➔ Enseñanzas Iniciales

➔ Robótica ➔ Informática ➔ Inglés

➔ Preparación prueba CCSE (nacionalidad)

➔ Español para Extranjeros

*Oficial y
gratuita*



91 841 20 95

cepa.elmolar@educa.madrid.org



El Molar, Algete, San Agustín, Cobeña, Talamanca,
El Vellón, Pedrezuela, Fuente el Saz, Valdetorres, Alarpardo



<https://site.educa.madrid.org/cepa.elmolar/index.php/secretaria/admision/>

TABLAS DE PRECIOS PÚBLICOS POR ALTAS Y CUOTAS ACTIVIDADES 2026 2027

ACTIVIDADES DEPORTIVAS	MATRÍCULA ALUMNO	PRECIO MES ALUMNO	
		INFANTIL	ADULTO
Patinaje	15 €	25 €	
Baloncesto, Voleibol	15 €	28 €	
Karate, Judo, Boxeo, Defensa Personal	15 €	28 €	33 €
Tenis	15 €	42 €	45 €
Pádel	15 €	45 €	49 €
Pilates, Yoga, Gap, Weight Loss, Total Training, Body Fit, Fit Dance, Cardio Box,	15 €	30 €	
Escalada Deportiva, Zumba, Telas Aéreas	15 €	25 €	30 €
Gimnasia Rítmica	15 €	20 €	
Spinning	15 €		25 €
Gimnasio Municipal	15 €		20 €
Hipopresivos	15 €		17,50 €
3ª Edad, Pilates, Gimnasia Mantenimiento, Rehabilitación	5 €		5 €

ACTIVIDADES CULTURALES	MATRÍCULA ALUMNO	PRECIO MES ALUMNO	
		INFANTIL	ADULTO
Robótica	15 €	25 €	
Bolillos, Costura	15 €		30 €
Cata de Vinos	15 €		35 €
Pintura, Cerámica	15 €	25 €	30 €
Ajedrez	15 €	20 €	30 €
Mindfulness	15 €	15 €	
Canasta juego de cartas	15 €	10 €	

ACTIVIDAD	MATRICULA	PRECIO MES ALUMNO
		INFANTIL/ADULTO
Música y movimiento o similar	15 €	30 €
Práctica y formación instrumental	15 €	65 €
Prácticas de Canto o similar	15 €	20 €
Danza, Ballet, Gym latinos, Baile, Flamenco, Sevillanas, Baile Moderno o similar	15 €	30 €
Cajón Flamenco o similar	15 €	30 €
Teatro o similar	15 €	30 €



CALENDARIO ESCOLAR. CURSO 2026-2027.

Septiembre 2026

L	M	X	J	V	S	D
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30				

Octubre 2026

L	M	X	J	V	S	D
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

Noviembre 2026

L	M	X	J	V	S	D
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30						

Diciembre 2026

L	M	X	J	V	S	D
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

Enero 2027

L	M	X	J	V	S	D
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

Febrero 2027

L	M	X	J	V	S	D
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28						

Marzo 2027

L	M	X	J	V	S	D
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

Abril 2027

L	M	X	J	V	S	D
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30		

Mayo 2027

L	M	X	J	V	S	D
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

Junio 2027

L	M	X	J	V	S	D
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30				

	Inicio de clases en Infantil y Primaria
	Inicio de clases en Secundaria
	Fiesta
	Fiesta local
	No lectivo
	Vacaciones
	Fin de las clases en Infantil, Primaria y Secundaria

NOTA: La fiesta local del mes de mayo está pendiente de publicación.

Cobeña

Ciudad del Deporte



DECÁLOGO COBEÑA CIUDAD DEL DEPORTE

1. Padres y madres: recordad que sois padres y madres, que los protagonistas son los deportistas, y que sois ejemplo para ellos
2. Padres y madres: apoyar, respaldar y motivar a vuestro hijo, inculcarle trabajo y dedicación, pero dejar actuar a técnicos y árbitros
3. Padres, madres y deportistas: animar a todas y todos los deportistas, practicar el juego limpio y respetar las normas del juego
4. Padres, madres y deportistas: respetar a entrenadores y árbitros
5. Padres, madres y deportistas: no magnifiquéis las victorias y valorar el esfuerzo y participación por encima de los resultados.
6. Padres, madres y deportistas: conciliad cuando se generen discusiones
7. Deportista, si has ocasionado algún daño, intérsate y pide disculpas. Trata a las demás personas como te gustaría que te trataran a ti. No antepongas el éxito personal al colectivo
8. Padres, madres y deportistas: actuar en compromiso con la igualdad
9. Deportistas: cuidarlos, practicar hábitos saludables, respetar a compañeros, rivales, entrenadores, árbitros y padres. Celebra la victoria con humildad y respeta al contrario en su derrota. Acepta la derrota y felicita al rival
10. Deportistas: cuidar el material deportivo, vestuarios, terrenos de juego, pistas y pabellones de las instalaciones de tu municipio, porque es vuestra casa, la casa de tus compañeros y también de los que practican otros deportes diferentes al tuyo. Cuidar, y mantener limpio lo que se comparte, es ser respetuoso y solidario. También cuidar las instalaciones y la casa del rival. Cuidarla como te gustaría que cuidaran la tuya. Respeta al personal municipal que trabaja para ayudarte.
11. **PUNTO ESPECIAL. PERSONAS USUARIAS EN GENERAL:** respetar al máximo las normas de las instalaciones y actividades, y en su caso, protocolos sanitarios. Ser solidari@s al aplicarlos estrictamente por el bien común.



AYUNTAMIENTO DE COBEÑA

PLAZA DE LA VILLA 1. COBEÑA

TELÉFONO: 916208132

administracion@ayto-cobena.org

POLIDEPORTIVO MUNICIPAL LA DEHESA

CTRA DE COBEÑA A ALGETE (M-103 KM 6,5). COBEÑA

TELÉFONO: 916208690

deportes@ayto-cobena.org

BIBLIOTECA MUNICIPAL

CALLE JARAMA 1. COBEÑA

TELÉFONO: 916207237

biblioteca@ayto-cobena.org

POLICIA LOCAL

EDIFICIO DE PROTECCIÓN CIUDADANA

CALLE ARENAL 1. COBEÑA

TELÉFONO: 916207900 // 607531489

policialocal@ayto-cobena.org

ESCUELA MUNICIPAL DE MÚSICA Y DANZA

CALLE FUENTE EL SAZ 8. COBEÑA

TELÉFONOS 679 917 559 - 91 620 81 87

escuelamusicaydanzacobena@ayto-cobena.org