



ESGRIMA PARA NIÑOS

LA ESGRIMA

La esgrima deportiva es el arte de manejar la espada, el florete o el sable con intención de ataque y defensa. Es un deporte en el que es fundamental respetar el carácter leal y cortés del combate. Cada una de las tres armas es practicada, tanto en categoría masculina como femenina, desde edades tempranas.

La esgrima histórica es aquella que utiliza armas antiguas anteriores a las armas deportivas. A su valor como práctica de actividad física hay que añadir su gran valor histórico y cultural.

En 100Tolos también se puede practicar la esgrima en una modalidad adaptada para personas con discapacidad física (esgrima en silla de ruedas) y esgrima escénica.

La práctica de la esgrima es un deporte enriquecedor tanto en valores personales: perseverancia, responsabilidad, autoconocimiento, respeto, deportividad como en valores sociales: colaboración, convivencia, compañerismo, tolerancia.

Son cualidades asociadas a su práctica la velocidad, la capacidad de reacción, el control y la precisión de los movimientos, la atención, la concentración y la velocidad mental.

La esgrima ha estado presente en el Programa Olímpico desde su primera edición en 1896 hasta la actualidad. Lo está en sus tres modalidades espada, florete y sable tanto en categoría masculina como femenina y en formato individual y de equipos. También lo está la esgrima en silla de ruedas en los Juegos Paralímpicos.

OBJETIVOS GENERALES:

- Conocer y practicar la esgrima y disfrutar con ello.
- Adquirir y consolidar hábitos de vida saludable, en especial la práctica de actividad física regular y hábitos de higiene.
- Adquirir valores positivos asociados al deporte en un ambiente formativo y lúdico.
- Contribuir al desarrollo de la condición física de una forma equilibrada y armónica y adecuada a la edad.
- Potenciar las posibilidades de integración social que puede generar el deporte.
- Aprender a competir y adquirir valores positivos asociados a la competición (aprender a ganar, a perder, juego limpio, ...)

EL CLUB TE OFRECE:

- Clases a cargo de personal cualificado: maestros de esgrima titulados y licenciados en educación física.
- Participación opcional en torneos y competiciones
- Tramitación de la licencia federativa autonómica (anual, por temporada deportiva), que incluye el seguro médico deportivo (obligatoria, se abonará en el momento de la inscripción).
- Trabajo de la condición física de una forma multidisciplinar y adecuado a la edad.
- Seguimiento personalizado del aprendizaje del alumno.
- Programa opcional de acondicionamiento físico.
- Clases individuales opcionales (consultar horarios y precios)

EQUIPACIÓN:

La práctica de la esgrima debe realizarse con ropa y calzado deportivo. En los asaltos con arma de competición es obligatorio el uso de traje de esgrima completo (chaqueta, pantalón, peto interior y medias altas). Puedes consultar la normativa sobre seguridad y equipación con más detalle en la web de 100Tolos ([seguridad](#)).

Los alumnos hasta 8 años no necesitan comprar material específico, utilizan armas de espuma o plástico y careta de plástico que se les presta en las clases. A partir de los 9 años, empiezan a utilizar armas metálicas "mini". Inicialmente se les presta todo el material necesario: traje de esgrima completo, careta metálica, pasante, guante y arma. A partir del tercer mes y hasta el año de práctica tienen que adquirir su propia equipación. Los técnicos pueden asesoraros sobre el material necesario, proveedores, calidades y precios.

SOCIOS Y CUOTAS:

Para ser socio transeúnte o abonado de la entidad hay que abonar una cuota de 12 euros mensuales los mayores de edad y 10 los menores. Para apuntarse a las clases es necesario ser socio. **En el precio de las clases que aparece en la tabla ya está incluida la cuota de asociado.**

Se puede ser socio y contribuir al desarrollo de las actividades de la entidad aunque no sea practicante ni se asista a clases regulares, la cuota es la misma

HORARIOS, CLASES Y PRECIO DE LA ACTIVIDAD

GRUPO	DÍAS Y HORARIO	CUOTA MENSUAL	CUOTA ANUAL
→ A CORUÑA - ZALAETA			
IES Ramón Menéndez Pidal (la entrada debe hacerse por la calle Disciplina, esq. Salgado Somoza, no por la puerta principal del instituto)			
5 a 8 AÑOS	LUNES de 18:00 a 19:00	22 €/1día 35 €/2 días	220 €/1 día 350 €/2 días (11 meses)
	MIÉRCOLES de 18:00 a 19:00		
9 a 12 AÑOS	LUNES y MIÉRCOLES de 18:00 a 19:30	27 €/1día 37 €/2 días (incluye una clase individual mensual)	297 €/1 día 407 €/2 días (12 meses)
13 a 17 AÑOS (no competición)	LUNES y MIÉRCOLES de 19:00 a 21:00	30 €/1día 40 €/2 días (incluye una clase individual mensual)	360 €/1 día 440 €/2 días (12 meses)
13 a 17 AÑOS (competición, 3 o más días a la semana)	LUNES y MIÉRCOLES de 19:00 en adelante (22:00 hora de cierre) + MARTES, JUEVES, VIERNES o SÁBADOS (en Oleiros o Casa del Agua)	45 € (comp autonómica: 2 clases mensuales comp. nacional: 3 clases mensuales)	495 € (12 meses)
→ A CORUÑA - CASA DEL AGUA – SALA DE ESGRIMA			
C/ Manuel Murguía s/n, 15011, entrada por C/ Pedro Ferrer			
“EN FAMILIA”	SÁBADOS DE 11:00 a 12:30 Actividad para padres, madres y niños de forma conjunta	50 € mensuales 1 adulto + 1 niño/a 60 € mensuales 1/2 adultos + 1/2 niño/a (3 personas)	
5 a 8 AÑOS	MARTES de 17:30 a 18:30	22 €/1día 35 €/2 días	220 €/1 día 350 €/2 días (11 meses)
	JUEVES de 17:00 a 18:00		
	SÁBADOS de 10:00 a 11:30		
9 a 12 AÑOS	MARTES y JUEVES de 17:00 a 18:30 SÁBADOS de 10:00 a 12:00	27 €/1día 37 €/2 días (incluye una clase individual mensual)	297 €/1 día 407 €/2 días (12 meses)
13 a 17 AÑOS (no competición)	MARTES y JUEVES de 18:30 a 20:30 SÁBADO de 10:00 a 12:30	30 €/1día 40 €/2 días (incluye una clase individual mensual)	360 €/1 día 440 €/2 días (12 meses)
13 a 17 AÑOS (competición, 3 o más días a la semana)	MARTES y JUEVES de 18:30 a 20:30 SÁBADO de 10:00 a 12:30 + LUNES, MIÉRCOLES o VIERNES (en Zalaeta u Oleiros)	45 € (comp autonómica: 2 clases mensuales comp. nacional: 3 clases mensuales)	495 € (12 meses)

→ OLEIROS (Casa do Pobo de Iñás, Rúa da Vila s/n, 15171 Iñás-Oleiros)			
5 a 8 AÑOS	VIERNES de 18:30 a 19:30	22 €/1día 35 €/2 días	220 €/1 día 350 €/2 días (11 meses)
9 a 15 AÑOS (no competición)	MIÉRCOLES de 19:00 a 21:00 y VIERNES de 19:30 a 21:00	30 €/1día 40 €/2 días (incluye una clase individual mensual)	360 €/1 día 440 €/2 días (12 meses)
COMPETICIÓN (3 o más días a la semana)	MIÉRCOLES de 19:00 a 21:00 y VIERNES de 19:30 a 21:00 + LUNES, MARTES, JUEVES o SÁBADO (en Zalaeta o Casa del Agua)	45 € (comp autonómica: 2 clases mensuales comp. nacional: 3 clases mensuales)	495 € (12 meses)
<p>* Todos los grupos tendrán actividad durante el año completo menos el de 5 a 8 años cuya temporada será de 11 meses.</p> <p>* Todas las cuotas tienen incluida la cuota de socio</p> <p>* En todos los casos el primer mes habrá que abonar el importe de la licencia federativa</p>			

LICENCIA FEDERATIVA AUTONÓMICA ANUAL 2019/20:

Benjamines (M11) y Alevines (M13) - (nacidos en el 2007 y posteriores): 20 euros

Infantiles (M15), Cadetes (M17) y Junior (M20) – (nacidos entre el 2006 y el 2000): 35 euros

La licencia tiene validez por temporada deportiva, esto es de septiembre a agosto.

MATRÍCULA: 50 euros, GRATUITA PARA LOS ALUMNOS QUE SE INSCRIBEN POR PRIMERA VEZ (se aplica únicamente a los socios que causen baja, vuelvan a inscribirse y no mantengan su condición de socio)

Cuota de mantenimiento: cualquier alumno que desee dejar de asistir a clases por un tiempo y desee reincorporarse posteriormente sin perder su plaza ni pagar la matrícula, podrá hacerlo manteniendo su condición de asociado y abonando la cuota correspondiente (12 euros mensuales los mayores de edad y 10 los menores)

Descuento familiar: el segundo miembro de la familia que se inscriba al club tendrá un 20% de descuento en todas las cuotas y el tercero un 30%. El descuento se aplicará sobre la cuota más alta si son diferentes.

Programa social: en el club existe un programa de becas deportivas, que facilita la integración en las escuelas deportivas a niños/as en situación de vulnerabilidad. Para conocerlo consulta a los técnicos del club o dirígete a z100tolos@gmail.com.

INSCRIPCIÓN Y PAGO DE CUOTAS

- **Para formalizar la inscripción** deberá abonarse la cuota de inscripción (no aplicable a los nuevos socios), la licencia federativa y la primera cuota mediante un ingreso en la cuenta de la entidad

Nº Cuenta: Zalaeta100Tolos: Triodos Bank ES14 1491 0001 2721 0106 9223

- **Cuotas posteriores:**

Tras la inscripción inicial los siguientes pagos podrán hacerse:

- **Por transferencia** de la cantidad que corresponda en la cuenta del club (en Triodos Bank no se pueden hacer ingresos en efectivo)
- **Domiciliación bancaria:** el club girará las siguientes cuotas entre los días 25 y 30 de cada mes en la modalidad de pago escogida por el alumno. (Para evitar gastos bancarios extra ante cualquier incidencia con los recibos os agradeceríamos que antes de efectuar una devolución os pongáis en contacto con nosotros)
- **En efectivo:** sólo para pagos anuales

IMPORTANTE:

Para poder tramitar la inscripción debes hacernos llegar la siguiente documentación entregándosela al técnico correspondiente (si puedes enviarnos la hoja de inscripción escaneada o en foto previamente a 100tolos@gmail.com nos ayudará a agilizar el trámite de la licencia; no olvides llevársela después al técnico):

- Hoja de inscripción completa y domiciliación bancaria
- Resguardo del ingreso en el banco (licencia federativa y primera cuota)
- Hoja de solicitud de licencia para la Federación Gallega de Esgrima
- Fotocopia del documento de identidad del padre/madre/tutor legal y del menor si lo tiene
- 1 Fotografía tamaño carné

- **Baja del club**

Para darse de baja en el club es suficiente con enviar un correo electrónico a z100tolos@gmail.com comunicando la misma durante el mes anterior al que vaya a ser efectiva la baja.

CONTACTO

649196044 – 635626931 z100tolos@gmail.com 100tolos@gmail.com

D/D^a con NIF
 como padre/madre/tutor/a del deportista **AUTORIZO** su inscripción al club de esgrima 100Tolos
 (Zalaeta o As Mariñas)

En a de de 201..

FOTO

Firma del padre/madre/tutor/a

DATOS DEL ALUMNO/A

Apellidos:	NIF_____
Nombre:	
Dirección:	
Localidad:	CP:
Tel de contacto:	E-Mail:
Lugar y fecha de nac:	Nacionalidad:
Curso:	

DATOS MÉDICOS

¿Es alérgico?:	¿A qué?:
¿Es propenso a mareos, dolores.....?:	
Problemas óseos o musculares (espalda, rodillas, tobillos, ...)	
Otras observaciones médicas de interés:	
<input type="checkbox"/> El padre/madre/tutor de menor solicitante, que firma esta solicitud, declara que el deportistas se encuentra en perfecto estado de salud para la práctica de la esgrima a efectos de que el club 100Tolos acepte su inscripción sin presentar un certificado médico para la acreditación de dicha condición. Asimismo, manifiesta conocer que si dicha declaración no se correspondiese con la realidad, exime al club de cualquier tipo de responsabilidad.	

AUTORIZACIÓN SOBRE TRATAMIENTO DE DATOS E IMÁGENES:

En cumplimiento de la Ley Orgánica 15/1999, de 13 de diciembre, el Club de Esgrima Zalaeta 100Tolos/100Tolos As Mariñas (en adelante el Club) informa de que los datos personales solicitados en el impreso de inscripción serán incorporados a un fichero automatizado de datos de carácter personal autorizando a la entidad al tratamiento de dichos datos personales para el mantenimiento, gestión, control y seguimiento de las diferentes actividades que este Club deportivo realiza. La persona que solicita su inscripción presta por tanto su conformidad a la recogida de datos reflejada en la presente cláusula.

Asimismo el padre/madre/tutor/tutora legal:

Autoriza la cesión de dichos datos a la Federación Gallega de Esgrima y Real Federación Española de Esgrima para la tramitación de la licencia federativa y el seguro de accidentes obligatorio. Así como a otras entidades deportivas en caso de inscripción a competiciones y a las entidades aseguradoras con las que se pueda suscribir seguros en beneficio del Club o de sus socios. finalidades de recabar información para proceder a la inscripción en las distintas actividades del club, el seguimiento del alumno y la publicación de imágenes o fotos en la página web o cualquier publicación del Club, durante su pertenencia al Club.

Autoriza al Club para que obtenga y difunda imágenes y nombres relacionados con la actividad del Club, en publicaciones que realice el Club, ya sean impresas o en formato digital, en los medios de comunicación y en redes sociales utilizadas por el Club (youtube, twitter, instagram, Facebook, ...), siempre que dicha difusión no comporte una intromisión ilegítima en la intimidad, honra o reputación del individuo o sea contraria a sus intereses. Los recursos citados están sujetos exclusivamente a un uso no comercial. Las acciones, productos y utilidades derivadas de su utilización no podrán, en consecuencia, generar ningún tipo de lucro.

Autoriza la utilización del número de teléfono y el correo electrónico proporcionados en la ficha para recibir comunicaciones del propio club.

Autoriza la utilización de los datos incluidos en la orden de domiciliación bancaria exclusivamente para la tramitación de los recibos generados por el propio club a través de la entidad bancaria con la que 100Tolos opera.

El Club, se compromete, en la utilización de los datos incluidos en el fichero, a respetar su confidencialidad y a utilizarlos de acuerdo con la finalidad del fichero, así como a dar cumplimiento a su obligación de guardarlos y a adoptar todas las medidas para evitar la alteración, pérdida, tratamiento o acceso no autorizado, de acuerdo con lo establecido en el Real Decreto 1720/2007 y garantiza la seguridad y confidencialidad en sus comunicaciones con los Usuarios.

El Usuario podrá ejercitar, respecto de los datos recabados al formalizar la inscripción a cualquier actividad del Club, los derechos reconocidos en la Ley Orgánica 15/1999, y en particular los derechos de acceso, rectificación, cancelación y oposición mediante solicitud escrita y firmada dirigida al siguiente correo electrónico 100tolos@gmail.com.

D / Dña. con D.N.I.....

Fdo:

En a de de 201__

TARIFA:

LUGAR:	GRUPO:	MODALIDAD DE PAGO:		DURACIÓN DEL CURSO
		MENSUAL	ANUAL	
ZALAETA	<input type="checkbox"/> 5 a 8 ANOS	<input type="checkbox"/> 22 € (1 día) <input type="checkbox"/> 35 € (2 días)	<input type="checkbox"/> 220 € <input type="checkbox"/> 350 €	11 meses
	<input type="checkbox"/> 9 a 12 AÑOS	<input type="checkbox"/> 27 € (1 día) <input type="checkbox"/> 37 € (2 días)	<input type="checkbox"/> 297 € <input type="checkbox"/> 407 €	12 meses
	<input type="checkbox"/> 13 a 17 NO COMPETICIÓN	<input type="checkbox"/> 30 € (1 día) <input type="checkbox"/> 40 € (2 días)	<input type="checkbox"/> 330 € <input type="checkbox"/> 440 €	
	<input type="checkbox"/> 13 a 17 COMPETICIÓN	<input type="checkbox"/> 45 €	<input type="checkbox"/> 495 €	
CASA DEL AGUA	<input type="checkbox"/> 5 a 8 ANOS	<input type="checkbox"/> 22 € (1 día) <input type="checkbox"/> 35 € (2 días)	<input type="checkbox"/> 220 € <input type="checkbox"/> 350 €	11 meses
	<input type="checkbox"/> 9 a 12 AÑOS	<input type="checkbox"/> 27 € (1 día) <input type="checkbox"/> 37 € (2 días)	<input type="checkbox"/> 297 € <input type="checkbox"/> 407 €	12 meses
	<input type="checkbox"/> 13 a 16 NO COMPETICIÓN	<input type="checkbox"/> 30 € (1 día) <input type="checkbox"/> 40 € (2 días)	<input type="checkbox"/> 330 € <input type="checkbox"/> 440 €	
	<input type="checkbox"/> COMPETICIÓN	<input type="checkbox"/> 45 €	<input type="checkbox"/> 495 €	
OLEIROS	<input type="checkbox"/> 5 a 8 ANOS	<input type="checkbox"/> 22 € (1 día) <input type="checkbox"/> 35 € (2 días)	<input type="checkbox"/> 220 € <input type="checkbox"/> 350 €	11 meses
	<input type="checkbox"/> 9 a 14 AÑOS	<input type="checkbox"/> 30 € (1 día) <input type="checkbox"/> 40 € (2 días)	<input type="checkbox"/> 297 € <input type="checkbox"/> 407 €	12 meses
	<input type="checkbox"/> COMPETICIÓN	<input type="checkbox"/> 45 €	<input type="checkbox"/> 495 €	



SOLICITUD DE TRAMITACIÓN DE LICENCIA:

D/D^a con NIF y
DOMICILIO SOLICITO
al Club Zalaeta 100Tolos tramite mi licencia autonómica por dicho Club ante la
Federación Gallega de Esgrima, autorizando a dicho Club a ceder a la Federación
Gallega de Esgrima los datos de carácter personal que he facilitado al Club en el
marco de su política de Protección de Datos de Carácter Personal.

Dicha cesión a la Federación Gallega de Esgrima se limitará a los datos
personales imprescindibles para la tramitación de la citada licencia y a los fines de
ésta, con arreglo a la política de Protección de Datos de Carácter Personal de la
Federación Gallega de Esgrima, publicados en su web www.fgesgrima.org.

Firmado:

El/La Deportista

Padre/madre/tutor del deportista menor de edad

Adjuntar o incluir en la misma página fotocopia del DNI o libro de familia del deportista
