



activitats esportives

per a joves i adults

ANDORRA
LA VELLA
2023
2024

ACTIVITATS ESPORTIVES AL CENTRE ESPORTIU DELS SERRADELLS

ACTIVITAT FÍSICA PER A AFECTATS DE CÀNCER - ASSANDCA

Classes grupals gratuïtes dirigides exclusivament a persones que han patit o pateixen un càncer, estiguin en fase de tractament o no	Activitat física a la sala: classe dinàmica. Treball cardiovascular, força i flexibilitat. Treball en grup i cohesió grupal.	Organitza: ASSANDCA Col·laboren: Comú d'Andorra la Vella i Vitalsport Informació i inscripcions: Tel. 863 209 - 366 650 info@assandca.com
	Activitat física al gimnàs: classe grupal, però a la vegada individualitzada amb rutina de força general on s'ensenya com treballar en un gimnàs.	
	loga: classe grupal de ioga adaptat.	

BALL - CLUB DE BALL ESPORTIU

Ball de saló (Samba, Txa-txa-txa, Rock&Roll, Tango, Fox-trot, Vals, ...)	Nivell iniciació Dl. de 19.30 a 20.30 h Dc. de 21.30 a 22.30 h Dv. de 19.30 a 20.30 h Nivell intermedi / avançat Dl. de 20.30 a 21.30 h	1 classe/setmana: 38 €/mes 2 classes/setmana: 50 €/mes 3 classes/setmana o més: 60 €/mes	Club de Ball Esportiu Serradells Tel. 378 009 club.serradells@gmail.com Inici: 11/09/23
Salsa	Nivell iniciació Dj. de 20.30 a 21.30 h Nivell intermedi / avançat Dj. de 21.30 a 22.30 h	Matrícula: 30 € Quota soci: 25 €/any	
Bachata	Nivell iniciació Dt. de 20.30 a 21.30 h Nivell intermedi / avançat Dt. de 21.30 a 22.30 h	Altres sessions, dinars, sopars, viatges i tallers de ball: es fan els divendres, dissabtes i/o diumenges i les dates són a concretar	
Kizomba	Nivell iniciació Dj. de 21.30 a 22.30 h		
Tango argentí	Nivell iniciació Dl. de 19.30 a 20.30 h Dl. de 21.30 a 22.30 h		
Sevillanes	Dc. de 20.30 a 21.30 h		
Dansa Moderna Latin Dance (individual)	Dt. i dj. de 10 a 11 h		
Swing Lindy Hop	Dj. a les 20.30 a 21.30 h		

BOXA - CLUB BOXA SERRADELLS

A partir de 14 anys	De dl. a dv. de 19.30 a 21 h	Adult: 42,50 €/mes (inclou abonament gimnàs) Jove: 28,50 €/mes (inclou abonament gimnàs) Abonats Serradells: 25 €/mes + Llicència federativa	Club Boxa Serradells Alex Fernández - tel. 352 188 boxing.serradells@gmail.com Inici: 1/09/2023
---------------------	------------------------------	--	---

CAPOEIRA - TAEKWONDO CLUB ANDORRA

A partir de 8 anys	Dl. i dc. de 19 a 20 h	Menors d'edat: 20 €/mes + llicència Adults: 30 €/mes + llicència	Taekwondo Club Andorra Secció Capoeira William - tel. 645 854 andorracapoeira@hotmail.com Activitat oberta tot l'any
--------------------	------------------------	---	---

ESCACS - CENTRE D'ESCACS D'ANDORRA

Joves i adults	Dt. de 17.30 a 19.30 h - nivell mig (per a joves) Dc. de 18 a 20 h - classes per adults i seniors Al 2n pis del Centre Esportiu dels Serradells	Classes i competicions: 50 € (quota de soci) 15 €/mes d'octubre a juny	Centre d'Escacs d'Andorra Cristofer - tel. 366 681 escacsandorra@gmail.com www.escacsandorra.com Inici: 11/09/23
----------------	---	--	--

FITNESS SERRADELLS - CENTRE ESPORTIU SERRADELLS

A partir de 16 anys, per als socis amb Abonament Complet del Centre Esportiu dels Serradells, programació setmanal de classes de fitness entre les 8 i les 20.30 h	Abonament Individual Complet Adult Matrícula: 52,25 € - Quota: 65,21 €/mes (25% de descompte pels residents)	Centre Esportiu dels Serradells Tel. 730 090 activitats.serradells@comuandorra.ad www.andorralavella.ad Instagram Serradells
	Abonament Complet menors de 18 anys Matrícula: 31,35 € - Quota: 20,90 €/mes (25% de descompte pels residents)	
	Abonament Complet Sènior majors de 65 anys Matrícula: 31,35 € - Quota: 20,90 €/mes (100% de descompte pels residents)	
	Abonament Complet Grup Matrícula per grup: 88,83 € - Matrícula suplementària: 20,90 € Quota adult 1: 65,21 €/mes Quota adult 2, 3, 4, ... : 52,25 €/mes Quota Jove/Sènior 2, 3, 4, ... : 41,80 €/mes (25% de descompte pels residents)	
Activitat Fitness, a partir de 16 anys per a no socis	Entrada d'ús puntual diària (inclou: classes dirigides de fitness, gimnàs de musculació i piscines) Entrada adult: 10,45 € - jove i sènior: 6,27 € Bono 5 entrades adult: 41,80 € - jove / sènior: 31,35 € Bono 10 entrades adult: 78,38 € - jove / sènior: 52,25 € Bono 20 entrades estudiants (18 a 26 anys): 62,70 €	

NATACIÓ - CLUB NATACIÓ SERRADELLS

Iniciació, a partir de 18 anys 4 inscrits per obrir grup	Matins: dt. i dc. de 10 a 11 h Vespres: dt. i dj. de 20 a 21 h Possibilitat d'obrir altres horaris amb una demanda de 4 persones	120 €/trimestre + 6 €/quota de soci	Club Natació Serradells Ariel - tel. 381 851 serradellsnatacio@gmail.com Piscina dels Serradells Inici: 18/09/23
Perfeccionament Màsters 6 inscrits per obrir grup	Dl., dt., dc. i dj. de 20 a 21 h Mínim 2 dies/setmana		Inscripcions al web: http://reserves-serradells.deposite.net
Classes particulars a partir de 16 anys	Horari a concretar amb el monitor	Abonat Serradells: 41,80 €/h No abonat: 41,80 €/h + entrada 10% de descompte socis CNS	Ariel - tel. 381 851 serradellsnatacio@gmail.com

NATACIÓ ARTÍSTICA - CLUB NATACIÓ SINCRONITZADA SERRADELLS

Màster 1	Dc. i dj. de 20 a 21 h	90 €/trimestre	Club Natació Sincronitzada Serradells Centre Esportiu dels Serradells sincroserradells@gmail.com Inici: 18/09/23
Màster 2	Dc. de 20 a 21 h	45 €/trimestre	
Màster 3	Dj. de 20 a 21 h		

NATACIÓ DE PREPARACIÓ AL PART (MÈTODE AIPAP) - CLUB NATACIÓ SERRADELLS

Classes de preparació al part impartides per una llevadora	Dt. de 19.30 a 20.30 h a la piscina petita	90 € (5 classes)	Club Natació Serradells Ariel - tel. 381 851 serradellsnatacio@gmail.com Inici: activitat oberta tot l'any www.instagram.com/alaiguamares
--	--	------------------	--

KUNG-FU (DEFENSA PERSONAL) - CLUB KUNG-FU TAICHI

A partir de 15 anys	Dt. i dj. de 19.15 a 20.15 h Alguna classe s'impartirà el dissabte	Matrícula: 20 € + 40 €/mes (10 quotes de setembre a juliol) Llicència federativa: 55 €/any Descomptes segon i tercer membre de la mateixa família	Club Kung-fu Taichi Sifu Raül Martin clubkungfutaichi@andorra.ad www.kungfuandorra.com Inici: 19/09/23
---------------------	---	---	--

PADEL I TENNIS - PADEL CLUB SERRADELLS

Activitat oberta tot l'any amb 5 pistes de padel (4 interior i 1 exterior) i 1 pista de tennis De dl. a dv., de 9 a 15 h i de 16.30 a 22.30 h, ds, dg, i festius de 10.30 a 13.30 h i de 16.30 a 21 h	Abonament Soci: 120 €/any o 15 €/mes Lloguer pista de padel 1 hora / persona Soci: 3,5 € - No soci: 7 € - Abonat Serradells: 5,60 € Lloguer pista de padel 1,5 hores / persona Soci: 5,25 € - No soci: 10,50 € - Abonat Serradells: 8,40 € Lloguer pista de tennis 1 hora: 8 € Classes de padel per a adults amb Go&Padel Custavo - tel. 674 616 - 679 956 - info@goandpadel.com Classes de tennis per a adults amb JBP TEAM Jamba - tel. 346 062 - jambapoux@hotmail.com	Padel Club Serradells Centre Esportiu dels Serradells Tel. 679 090 - 839 095 info@padelclub.ad www.padelclub.ad www.facebook.com/PadelClubSerradells Instagram: @padelserradells
--	---	---

TAICHI CHUAN (KUNGFU TERAPÈUTIC) - CLUB KUNG-FU TAICHI

A partir de 15 anys	Dt. i dj. de 20.30 a 21.30 h Alguna classe s'impartirà el dissabte	Matrícula: 20 € + (10 quotes de setembre a juny) 1r nivell d'estudi: 40 €/mes 2n nivell d'estudi: 45 €/mes Llicència federativa: 55 €/any Descomptes segon i tercer membre de la mateixa família	Club Kungfu Taichi Sifu Raül Martin clubkungfutaichi@andorra.ad www.kungfuandorra.com Inici: 19/09/23
---------------------	---	--	---

TIR DE PRECISIÓ - CLUB ANDORRA DE TIR DE PRECISIÓ

Activitat oberta tot l'any excepte la primera quinzena d'agost i les festes de Nadal De dt. a dv. de 17 a 22 h, ds. de 10 a 14 h i de 16 a 21 h - Dg. de 10 a 14 h - Dilluns i festius tancat	Inscripció: 60 € Quota: 195 €/any	Club Andorra de Tir de Precisió Tel. 860 972 catp@andorra.ad www.andorratir.org
--	--------------------------------------	---

TRIATLÓ - CLUB TRIATLÓ SERRADELLS

Activitat oberta tot l'any a partir de 14 anys	Entrenaments de piscina dl. dc. i dv. de les 6.15 a les 7 h Horaris d'altres entrenaments a consultar	Adhesió al club: 30 €/any Aquest preu comprèn l'accés a piscina	clubtriatloserradells@gmail.com www.triatloserradellsandorra.com
--	--	--	--

ACTIVITATS ESPORTIVES A LA SALA POLIVALENT

HAPKIDO - BAEK DU SAN

A partir de 16 anys	Dt. i dc. de 20.30 a 22 h Contacte amb l'entitat per a informar-vos de les classes	Matrícula: 40 €/mes Quota: 40 €/mes	BAEK DU SAN Agrupació d'hapkido i arts marcial Iban - tel. 649 588 ibanmirandahapkido@gmail.com Inici: 12/09/23
---------------------	---	--	---

JUDO - CLUB JUDO HANTEI

De 12 a 17 anys	Dl., dc. i dv. de 19.30 a 20.30 h	Matrícula 20 € 28 €/mes (menors 14 anys) 33 €/mes (majors 14 anys) 1 classe 23 € Llicència federativa: 43 €	Club de Judo Hantei Sala Polivalent Tel. 339 137 - 329 962 sornilo@andorra.ad Tècnics: Eladi López (Cinturó negre 6è Dan) Joan C. Querencia (Cinturó negre 6è Dan) Dani Garcia (Cinturó negre 5è Dan) Inici: 1/09/23
De 12 a 17 anys Competició	Dt. i dj. de 19.30 a 20.30 h		
Adults Competició	Dl. i dc. de 20.30 a 21.30 h		
Adults Manteniment	Dt. i dj. de 20.30 a 21.30 h		
A partir de 14 anys Defensa personal	Dv. de 20.30 a 21.30 h		

KARATE - CLUB KARATE SHOTOKAN

A partir de 16 anys fins a seniors	Dl. i dc. de 20 a 21.30 h Tecnificació, kata i combat: Dt. i dj. de 20 a 21.30 h	35 €/mes + llicència federativa	Club Karate Shotokan Sala Polivalent Manel Jodar (Cinturó negre 7è dan) Tel. +34 654037841 - 334 442 karatejodar@yahoo.es Inici: 4/09/23
------------------------------------	--	---------------------------------	--

TAEKWONDO - TAEKWONDO CLUB ANDORRA

A partir de 18 anys fins a seniors	Dl., dc. i dv. de 20.30 a 21.30 h	31 €/mes + llicència federativa + 12 €/any quota soci	Taekwondo Club Andorra Juanjo - tel. 322 398 coach@fandtaekwondo.com Tècnic: Juanjo Padrós (cinturó negre 7è dan) Inici: 11/09/23
Classe tècnica per a adults	Dt. i dj. de 20.30 a 21.30 h	37 €/mes + llicència federativa + 12 €/any quota soci	

ACTIVITATS ESPORTIVES A ALTRES UBICACIONS

ESCOLA NÀUTICA - CLUB NÀUTIC D'ANDORRA

Expedició de titulacions nàutiques - Cursos pràctics de navegació a vela	De dilluns a divendres de 9 a 13 h	Club Nàutic d'Andorra - tel. 869 125 / 353 570 C/ de l'Alzinarret, 7, baixos, Andorra la Vella cna@clubnauticandorra.ad - www.clubnauticandorra.ad
--	------------------------------------	--

ESPORTS DE MUNTANYA - CLUB PIRINENC ANDORRÀ

Foment del muntanyisme organitzant activitats i competicions de les diferents disciplines dels esports de muntanya: escalada, esquí de muntanya, alpinisme, senderisme, descens de barrancs...	Club Pirinenc Andorrà - tel. 822 847 Centre Esportiu dels Serradells, 2ª planta, local 1 Dilluns, dimecres i dijous de 15.30 a 20.30 h. Dimarts de 9 a 14 h clubpirinenc@andorra.ad - www.cpa.ad
--	--

KARATE KYOKUSHIN-KAI - KYOKUSHIN-DO

A partir de 17 anys fins a seniors	Dt. i dj. de 20 a 21.30 h Inici: 4/09/23	28 €/mes	Kyokushin-do C/ Tobira 22, Baixos Angel - tel. 355 405 sensei@kyokushinandorra.com
------------------------------------	---	----------	--

VOLEIBOL - CLUB VOLEIBOL ANDORRA

Activitat d'iniciació i perfeccionament per a joves i adults	Dl. i dc. de 20.30 a 22 h al gimnàs del Lycée Comte de Foix	150 €/any	Club Voleibol Andorra Tel./WhatsApp: 656 668 - 687 697 cvandorra@gmail.com Facebook: Club Voleibol Andorra Inici: tercera setmana de setembre
--	---	-----------	--

MÉS INFORMACIÓ

CENTRE ESPORTIU DELS SERRADELLS
730 090
www.andorralavella.ad



Andorra
la Vella

Esports