

Andorra la Vella

2019-2020



activitats

Escoles Esportives - Activitats per a joves i adults - Activitats per a sèniors

esportives

SUMARI

| | |
|----------------------------------|--------------|
| ESCOLES ESPORTIVES | 3 |
| ESPORTS COLLECTIUS | 3 |
| • BÀSQUET | 3 |
| • FUTBOL | 3 - 4 |
| • HANDBOL | 4 |
| • HOQUEI | 4 |
| • RUGBI | 5 |
| • VOLEIBOL | 5 |
| ACTIVITATS GIMNÀSTIQUES | 5 |
| • GIMNÀSTICA ARTÍSTICA | 5 |
| • GIMNÀSTICA RÍTMICA | 5 - 6 |
| ACTIVITATS AQUÀTIQUES | 6 |
| • NADONS | 6 |
| • ESCOLA DE NATACIÓ | 6 |
| • NATACIÓ GRUP COMPETICIÓ | 6 |
| • NATACIÓ SINCRONITZADA | 7 |
| ARTS MARCIALS | 7 |
| • HAPKIDO | 7 |
| • JUDO | 7 |
| • KARATE | 7 |
| • KUNG-FU | 8 |
| • TAEKWONDO | 8 |
| ESPORTS INDIVIDUALS | 8 |
| • ATLETISME | 8 |
| • ESCOLA DE BALL | 8 |
| • ESCOLA DE BOXA | 9 |
| • ESCACS | 9 |
| • ESQUÍ ALPÍ | 9 |
| • PÀDEL I TENNIS | 9 |
| • PATINATGE ARTÍSTIC SOBRE RODES | 9 |

| | |
|---|-----------|
| ACTIVITATS ESPORTIVES PER A JOVES I ADULTS | 10 |
| AL CENTRE ESPORTIU DELS SERRADELLS | 10 |
| • ESCOLA DE BALL | 10 |
| • BOXA | 10 |
| • CAPOEIRA | 10 |
| • FITNESS SERRADELLS | 11 |
| • RUTINES D'ENTRENAMENT | 11 |
| • ENTRENAMENT EN SALUT, REHABILITACIÓ, EMBARÀS I POST PART | 11 |
| • CLASSES GRUPALS D'ACTIVITAT FÍSICA PER A AFECTATS DE CÀNCER | 11 |
| • HANDBOL | 12 |
| • IOGA | 12 |
| • NATACIÓ | 12 |
| • KUNG-FU | 12 |
| • PÀDEL I TENNIS | 12 |
| • TAICHI CHUAN | 13 |
| • TIR DE PRECISIÓ | 13 |
| • WING CHUN | 13 |
| A LA SALA POLIVALENT DE LA PLAÇA DEL POBLE | 13 |
| • AIKIDO | 13 |
| • HAPKIDO | 13 |
| • JUDO | 14 |
| • TAEKWONDO | 14 |
| • KARATE | 14 |

| | |
|---|-------------------|
| ACTIVITATS ESPORTIVES PER A SÈNIORS | 15 |
| ACTIVITATS DE SALA | 15 |
| • GIMNÀSTICA DE MANTENIMENT | 15 |
| • FITNESS | 15 |
| • GIMNÀS DE MUSCULACIÓ | 15 |
| • CIRCUIT DINÀMIC | 15 |
| • TENNIS TAULA | 15 |
| ACTIVITATS AQUÀTIQUES | 16 |
| • AQUADINÀMIC | 16 |
| ENTITATS ESPORTIVES AMB ACTIVITAT A ANDORRA LA VELLA | 17 > 22 |

ESCOLES ESPORTIVES

ACTIVITATS ESPORTIVES PER A INFANTS

ESPORTS COLLECTIUS

BÀSQUET – PAVELLÓ JOAN ALAY

| | | | |
|------------------------------|------------------------|--|--|
| Premini A (2010) | Dc. i dv. de 18 a 19 h | 230 €/curs escolar 30% descompte (2n germà) | BC Morabanc Andorra Baixada del Moli, 31 - 35 Tel. 885 900 – 344 195 bca@bca.ad www.bca.ad Inici: 9/09/19 |
| Premini B (2011) | Dl. i dc. de 18 a 19 h | | |
| Escolar (2012 – 2013) | Dl. i dc. de 18 a 19 h | 200 €/curs escolar 30% descompte (2n germà) | |
| Premini femení (2010 – 2011) | Dt i dj de 18 a 19 h | Matrícula gratuïta subvencionada en el marc de la campanya #herworldherrules | |
| Mini femení (2008 – 2009) | Dt i dj de 18 a 19 h | | |
| Micro (2014 – 2015) | Dj. de 18 a 19 h | 125 €/curs escolar 30% descompte (2n germà) | |

FUTBOL – FUTBOL CLUB SANTA COLOMA

| | | | |
|---|--|--|---|
| Prebenjamí (2012-2013) | Dl. i dc. de 18 a 19.30 h al Sant Ermengol Dj. de 18 a 19.30 h als Serradells | Quota: 160 € al comptat o 195 € fraccionat (65 € x 3). També cal pagar 35 € en concepte de llicència federativa i assegurança. Inclou: equipament oficial de joc i d'entrenament, xandall i motxilla. Activitats diverses i tornejos durant la temporada amb la col·laboració del Villareal Club de Futbol. | Futbol Club Santa Coloma Paco Cruz - tel. 345 560 Xavi Torné - tel. 330 040 info@fclubssantacoloma.com Inici: 9/09/19 |
| Benjamí (2010-2011) | Dl. i dc. de 18 a 19.30 h al Sant Ermengol Dt. de 18 a 19.30 h als Serradells | | |
| Aleví (2008-2009) | Dc. i dv. de 19.30 a 21 h al Sant Ermengol Dj. de 19.30 a 20.30 h als Serradells | | |
| Infantil (2006-2007) | Camps FAF Borda Mateu | | |
| Cadet (2004-2005) | Dt. de 18 a 20.30 h a l'Estadi + Camps FAF Borda Mateu | | |
| Juvenil (2001-2002-2003) | Dt. de 18 a 20.30 h a l'Estadi + Camps FAF Borda Mateu | | |
| Femení benjamí / Aleví (2008-2009-2010-2011) | Camps FAF Borda Mateu i Centre Esportiu dels Serradells | | |
| Femení infantil / cadet (2004-2005-2006-2007) | | | |

FUTBOL – UNIÓ ESPORTIVA SANTA COLOMA

| | | | |
|-------------------------------|--|--|---|
| Femení (6 a 10 anys) | Dj. de 17.30 a 18.30 h Borda Mateu Dv. de 18 a 20 h Estadi Comunal | Quota anual: 260 €/curs Inclou: - Servei d'entrenaments - Servei de competició a la lliga nacional de Futsal i Futbol - Equip oficial de partit (samarreta, pantaló i mitges) - Equip oficial d'entrenament (samarreta, pantaló curt, dessuadora, paravent, pantaló llarg, jaqueta de xandall i motxilla) - Participació en tornejos - Descomptes als campus de Futsal de Tots Sants i Carnestoltes - 35 €/any en concepte de llicència federativa i assegurança | Unió Esportiva Santa Coloma Joan Antoni - tel. 333 465 Boris Anton - tel. 372 288 unioesportivasantacoloma@gmail.com Inici: 1/09/19 |
| Iniciació (4 i 5 anys) | Dl. i dc. de 17.30 a 18.30 h Pavelló Serradells | | |
| Prebenjamí (6 i 7 anys) | Dl. i dc. de 18.30 a 20.30 h Pavelló Serradells | | |
| Benjamí (8 i 9 anys) | Dc. de 17.30 a 18.30 h Borda Mateu Dv. de 18 a 19.30 h St. Ermengol | | |
| Aleví (10 i 11 anys) | Dt. i dj. de 18 a 19.15 h St. Ermengol | | |
| Infantil (12 i 13 anys) | Dt. i dj. de 19.15 a 20.30 h St. Ermengol | | |
| Cadet (14 i 15 anys) | Dt. i dj. de 17.30 a 18.30 h Borda Mateu Dv. de 18 a 20 h Estadi Comunal | | |
| Juvenil (16, 17 i 18 anys) | Dl. 18.30 a 20 h Borda Mateu Dc. i dv. de 18 a 20 h Ordino | | |

HANDBOL CLUB SERRADELLS – SERRADELLS

| | | | |
|--|---|--|--|
| De 6 a 8 anys | Dv. de 17.30 a 19 h *Prova-ho gratuïtament | 15 €/mensual Inclou: pilota oficial, equip esportiu i assegurança | Handbol Club Serradells Edgar - tel. 698 153 eserra@fahandbol.ad Inici: 9/09/19 |
| De 9 a 11 anys | Dv. de 17.30 a 19 h *Prova-ho gratuïtament | | |
| Per informació d'horaris d'altres categories, poseu-vos en contacte amb el club. | | | |

HOQUEI – ESTADI COMUNAL

| | | | |
|--|--------------------------------|------------------------|--|
| Escola de 4 a 7 anys | Dc. de 17.30 a 18.30 h | 20 €/mes + assegurança | Andorra Hoquei Club Jaume Soler - tel. 321 469 Juan Sebastian - tel. 603 654 ahc@andorra.ad Inici: 3/09/18 |
| Prebenjamí i benjamí de 7 a 10 anys | Dt., dc. i dv. de 18 a 19.30 h | 50 €/mes + llicència | |
| Entrenaments i competició equips: aleví, infantil i juvenil (per més informació consultar al club) | | | |

RUGBI – ESTADI NACIONAL D'ANDORRA

| | | |
|----------------|--|--|
| De 6 a 14 anys | Dimecres de 18 a 20 h i dissabte d'11 a 13 h a l'Estadi Nacional | Federació Andorrana de Rugbi Casal de l'Esport – tel. 890 374 Filou - tel. 335 666 secretariat@far.ad rugbi@rugbi.ad Inici: 11/09/19 |
|----------------|--|--|

VOLEIBOL – LYCÉE COMTE DE FOIX

| | | | |
|--|------------------------------|-------------------|---|
| A partir de 6 anys al gimnàs del Lycée Comte de Foix | De dl. a dv. de 18 a 19.15 h | Quota anual: 60 € | Club Voleibol Andorra Tels/whatsapp: 656 668 - 687 697 cvandorra@gmail.com Facebook: Club Voleibol Andorra Inici: 9/09/19 |
|--|------------------------------|-------------------|---|

ACTIVITATS GIMNÀSTIQUES

GIMNÀSTICA ARTÍSTICA - SERRADELLS

| | | | |
|--|-------------------------------------|--|--|
| Babygim de 3 a 6 anys NOVETAT | Dt. i dj. de 17.45 a 18.45 h | 30 €/mes + 10 €/matrícula + 25 €/licència federativa | Club Artística Serradells Miriám – tel. 373 404 Carolina – tel. 350 207 Bea – tel. 337 828 artisticaserradells@gmail.com 10% descompte (2n germà) 20% descompte (3r germà) Inici: 9/09/19 |
| GAF - Femenina Iniciació a partir dels 6 anys i fins els 10/12 anys | Dt. i dj. de 18 a 19.30 h | 35 €/mes + 10 €/matrícula + 25 €/licència federativa | |
| GAF - Femenina Iniciació a partir de 10/12 anys | Dt. i dj. de 19 a 20.30 h | | |
| GAF - Femenina Competició | Dl., dc. i dv. de 18 a 20.30 h | 50 €/mes + 10 €/matrícula + 30 €/licència federativa | |
| GAM – Masculina A partir de 5 anys | Dl. dc. i dv. de 18.30 a 20 h | 35 €/mes + 10 €/matrícula + 25 €/licència federativa | |
| Gimnàstica urbana Grup de grans | Dl., dc., dj. i dv. de 20 a 21.30 h | 55 €/mes + 10 €/matrícula | |
| Gimnàstica urbana Grup de petits | Dt. i dc. de 18 a 19.30 h | 35 €/mes + 10 €/matrícula | |

GIMNÀSTICA RÍTMICA – SALA POLIVALENT

| | | | |
|-------------------------------------|--|---|--|
| De 5 a 8 anys Iniciació I | Dl. i dc. de 17.30 a 18.30 h o dt. i dj. de 17.30 a 18.30 h | 30 €/mes + equip d'entrenament + 30 €/licència federativa + 25 €/quota de soci | Club Rítmica Serradells Anna - tel. 349 521 Anna - tel. 613 928 critmicaserradells@andorra.ad www.ritmicaserradells.com Facebook: Club Rítmica Serradells Inici: 9/09/19 |
| A partir de 8 anys Iniciació II | Dl. i dc. de 18.30 a 19.30 h o dt. i dj. de 18.30 a 19.30 h | | |
| A partir d'11 anys Iniciació III | Dt. i dj. de 18.30 a 19.30 h | | |

GIMNÀSTICA RÍTMICA – SERRADELLS

| | | | |
|----------------------------------|--|--|--|
| A partir de 6 anys Escolar I | Dt. i dj. de 17.30 a 19.30 h, dv. de 17.30 a 20.30 h (dv. 1 h de ballet i 1 h de coach) | Escolar: 55 €/mes + equip d'entrenament + 30 €/llicència federativa + 15 €/quota de soci | Club Rítmica Serradells Anna - tel. 349 521 Anna - tel. 613 928 critmicaserradells@andorra.ad www.ritmicaserradells.com facebook: Club Rítmica Serradells |
| A partir d'11 anys Escolar II | | | |
| A partir de 7 anys Clubs | Dl. i dv. de 17.30 a 19.30 h, dv. de 17.30 a 20.30 h (dv. 1 h de ballet i 1 h de coach) | Clubs: 65 €/mes + equip d'entrenament + 30 €/llicència federativa + 15 €/quota de soci Federades: 60 €/any | Inici: 9/09/19 |

ACTIVITATS AQUÀTIQUES

NATACIÓ PER A NADONS – DEPARTAMENT D'ESPORTS

| | | | |
|-----------------|---|---|---|
| De 6 a 36 mesos | Dl. de 18.40 a 19.25 h a l'Escola Meritxell Dc. de 18.40 a 19.25 h a l'Escola Meritxell Dv. de 18.30 a 19.15 h a l'Escola Janer | 23,50 €/4 tiquets de classe (validesa: 3 mesos a partir de la data de compra) En vacances escolars no hi haurà classes. | Centre Esportiu dels Serradells Tel. 730 090 socorrisme.serradells@comuandorra.ad Classes gratuïtes de prova: setmana del 30 de setembre al 4 d'octubre Inici: 30/09/19 |
|-----------------|---|---|---|

NATACIÓ ESCOLA – CLUB NATACIÓ SERRADELLS

| | | | |
|--|--|---|--|
| De 2,5 a 10 anys Piscina col·legi Janer Inici: 16/09/19 | De dl. a dv. de 17.40 a 18.25 h De dl. a dv. de 18.30 a 19.15 h | 1 dia/setmana: 80 €/trimestre 2 dies/setmana: 90 €/trimestre Quota de soci: 6 €/any + quota soci tutor (6 €/any) Descompte 2n germà: 10% Descompte 3r germà: 50% Obligatori certificat mèdic oficial | Club Esportiu Serradells – Natació Ariel - tel. 381 851 serradellsnatacio@gmail.com |
| De 5 a 16 anys Piscina del Lycée Comte de Foix Inici: 30/09/19 | Dc. de 16.30 a 17.15 h Dc. de 19.30 a 20.30 h Dv. de 19.30 a 20.30 h | | |
| De 8 a 16 anys Piscina de l'Escola Meritxell Inici: 16/09/19 | Dt., dc. i dj. de 18.40 a 19.25 h | | |
| Tecnificació Nascuts entre el 2009 i el 2012 Inici: 16/09/19 | Dl. i dt. de 18 a 19.30 h a la piscina comunal d'Encamp Dc., dj. i dv. de 18 a 19.30 h a la piscina del Lycée Comte de Foix | 200 €/any Quota de soci: 6 €/any + quota soci tutor (6 €/any) Obligatori certificat mèdic oficial Llicència federativa inclosa | |

NATACIÓ COMPETICIÓ – CLUB NATACIÓ SERRADELLS

| | | | |
|-----------------------------------|---|---|---|
| Competició a partir de l'any 2008 | Dl., dc., dj. i dv. a les 18 h Dt. a les 18.45 h | 200 €/any Quota de soci: 6 €/any + quota soci tutor (6 €/any) Obligatori certificat mèdic oficial Llicència federativa inclosa | Club Esportiu Serradells – Natació Sergio - tel. 602 750 sdrayo74@gmail.com Inici: 16/09/19 |
|-----------------------------------|---|---|---|

NATACIÓ ARTÍSTICA – CLUB NATACIÓ SINCRONITZADA SERRADELLS

| | | | |
|--|---|--|---|
| Grup A i B: Escola (cal saber nedar i bussejar) Inici escola: 16/09/19 | Dl. i dc. de 18 a 19.30 h (opció de fer 1 dia/setmana) | 1 dia/setmana: 65 €/trimestre 2 dies/setmana: 100 €/trimestre | Club Natació Sincronitzada Serradells Centre Esportiu dels Serradells Sònia - tel. 337 199 (a partir de les 17.30 h) sincroserradells@gmail.com Inici: 9/09/19 |
| Grup C: Aleví | Dt. i dj. de 18 a 20 h Dv. de 18 a 21 h Ds. de 10 a 13 h (2 diss. al mes) | 140 €/trimestre | |
| Grup D: Infantil Grup E: Júnior | Dt. i dj. de 18 a 20 h Dv. de 18 a 21 h Ds. de 10 a 13 h (2 diss. al mes) | 150 €/trimestre | |

ARTS MARCIALS

HAPKIDO – SALA POLIVALENT

| | | | |
|----------------|------------------------|---|--|
| De 4 a 14 anys | Dt. i dj. de 19 a 20 h | Matrícula: 40 € Quota: 30 €/mes Llicència: 20 €/any | BAEK DU SAN Agrupació d'hapkido i arts marciais Iban - tel. 649 588 ibanmirandahapkido@gmail.com Inici: 10/09/19 |
|----------------|------------------------|---|--|

JUDO – SALA POLIVALENT

| | | | |
|----------------------|-----------------------------------|---|---|
| De 4 a 6 anys | Dt. i dj. de 17.30 a 18.30 h | Matrícula: 15 €/any 26 €/mes (menors 13 anys) 31 €/mes (majors 14 anys) Llicència federativa: 43 €/mes | Club de Judo Hantei Sala Polivalent Tel. 339 137 - 339 962 sornilo@andorra.ad Tècnics: Eladi López (Cinturó negre 6è Dan) Joan C. Querència (Cinturó negre 5è Dan) Dani Garcia (Cinturó negre 4t Dan) Inici: 2/09/19 |
| De 7 a 9 anys | Dt. i dj. de 18.30 a 19.30 h | | |
| De 10 a 12 anys | Dl., dc. i dv. de 19.20 a 20.20 h | | |
| De 12 a 14 anys | Dt. i dj. de 19.30 a 20.30 h | | |
| Manteniment infantil | Dl., dc. i dv. de 18.30 a 19.20 h | | |

KARATE – SALA POLIVALENT

| | | | |
|--|------------------------------------|---------------------------------|--|
| De 3 a 5 anys | Dt. i dj. de 17.30 a 18.30 h | 25 €/mes + llicència federativa | Club Karate Shotokan Sala Polivalent Melchor Randy (cinturó negre 1r dan) Manel Jodar (cinturó negre 6è dan) Tel. +34 654037841- 334 442 karatejodar@yahoo.es Inici: 2/09/19 |
| De 6 i 8 anys | Dl. i dc. o dt. i dj. de 18 a 19 h | 30 €/mes + llicència federativa | |
| De 9 a 11 anys | Dl. i dc. o dt. i dj. de 19 a 20 h | | |
| De 12 a 15 anys Iniciació | Dl. i dc. de 20 a 21.30 h | | |
| De 12 a 15 anys Equip de competició | Dt., dj. i dv. de 20 a 21.30 h | 35 €/mes + llicència federativa | |

KUNG-FU – SERRADELLS

| | | | |
|-----------------|------------------------------|--|--|
| De 5 a 9 anys | Dt. i dj. de 17.30 a 18.15 h | 36 €/mes o 34 €/trimestre 45 €/any llicència federativa | Club Kung-fu Taichi Sifu Raúl Martín clubkungfutaichi@andorra.ad www.kungfuandorra.ad |
| De 10 a 15 anys | Dt. i dt. de 18.15 a 19.15 h | | |
| | | | Inici: 17/09/19 |

TAEKWONDO – SALA POLIVALENT

| | | | | |
|-----------------|---|--|--|----------------|
| De 3,5 a 6 anys | Iniciació: dv. de 18 a 19 h | De 3,5 a 6 anys Iniciació: 17 €/mes | Taekwondo Club Andorra Juanjo - tel. 322 398 coach@fandtaekwondo.com Tècnics: Jessica Rovira (cinturó negre 3r dan) Juanjo Padrós, (cinturó negre 7è dan) | |
| | Dt. i dj. de 18 a 19 h | De 4 a 8 anys: 24 €/mes + llicència | | |
| De 6 a 8 anys | Dl. i dc. de 17.30 a 18.30 h | | | |
| De 9 a 13 anys | Dl. i dc. de 18.30 a 19.30 h i dv. de 18 a 19 h | De 9 a 13 anys: 25 €/mes + llicència | | Inici: 9/09/19 |
| De 13 a 17 anys | Dl. i dc. de 19.30 a 20.30 h i dv. de 19 a 20 h | De 13 a 17 anys: 28 €/mes + llicència | | |

ESPORTS INDIVIDUALS

ATLETISME – ESTADI COMUNAL JOAN SAMARRA VILA

| | | | |
|------------------------------------|---------------------------|---|---|
| Prebenjamins Nascuts 2013 -2014 | Dt. i dj. de 18 a 19.30 h | 170 €/any Inclou: - Fitxa federativa - Assegurança - Entrada a l'estadi - Monitors titulats - Equip esportiu - Sortides a competicions nacionals i internacionals | Club Atletisme Valls d'Andorra Miquel Vilchez - tel. 338 426 escolacava@andorra.ad www.cava.myp.ad |
| Benjamins Nascuts 2011-2012 | | | |
| Alevins Nascuts 2009-2010 | | | |
| Infantils Nascuts 2007-2008 | | | |
| Cadets Nascuts 2005-2006 | | | |
| Juvenils Nascuts 2003-2004 | | | |
| Dl., dc. i dv. de 18 a 19.30 h | | | |

BALL - SERRADELLS

| | | | |
|---------------|--|---|---|
| Ball esportiu | Juvenils: dv. de 18 a 19 h Júnior: dv. de 19 a 20 h | 30 €/mes Abonats: matrícula gratuïta No abonats: 25 € (matrícula) | Club de Ball Esportiu Serradells Tel. 378 009 club.serradells@gmail.com Inici: 4/10/19 |
|---------------|--|---|---|

BOXA – SERRADELLS

| | | | |
|---|------------------------------|---|---|
| Escola de boxa per a infants, d'entre 6 i 13 anys | Dc. i dv. de 19.30 a 20.30 h | 25 €/mes (inclou l'abonament al Centre Esportiu dels Serradells i les classes de boxa) | Club Boxa Serradells Alex Fernández - tel. 352 188 boxingserradells@gmail.com Inici: 2/09/19 |
|---|------------------------------|---|---|

ESCACS – EDIFICI ADMINISTRATIU

| | | | |
|--------------------|--|---|--|
| A partir de 6 anys | Dl. de 18 a 19.30 h - grup avançat Sala de la coral Dt. de 17.30 a 19 h - grup iniciació Antiga casa pairal | Classes i competicions: 50 € (quota de soci) 10 €/mes d'octubre a juny 5 € (quadern d'exercicis) | Centre d'Escacs d'Andorra Robert - tel. 354 967 De 17.30 a 19.30 h info@escacsandorra.com www.escacsandorra.com Inici: 16/09/19 |
|--------------------|--|---|--|

ESQUÍ ALPÍ – UN ESQUÍ DIFERENT

| | | | |
|---|---|--|--|
| 20 dies d'esquí alpí del 14/12/2019 al 09/04/2020 amb la cursa social com a cloenda | Edats: nascuts del 2002 al 2011. Reunió de pares el 28/11, a les 21 h, a la Sala d'actes del Centre Cultural La Llacuna | Residents 165 € Inici inscripcions residents: 7/10/19 No residents: 235 € Inici inscripcions no residents: 4/11/19 (places limitades) | Esquí Club d'Andorra Tel.820 010 esclan@andorra.ad |
|---|---|--|--|

PÀDEL I TENNIS

| | | | |
|------------------------------|--|--|--|
| Pàdel A partir de 6 anys | Escola de pàdel d'1 a 2 hores a la setmana a les instal·lacions del Pàdel Club Serradells Dc. de 16:30 a 17:30 h De dl. a dv. de 17.30 a 18.30 h De dl. a dv. de 18.30 a 19.30 h Grups de competició de 4,5 h/set. Dt., dj. i dv. de 17.30 a 19 h Dt., dj. i dv. de 18:30 a 20 h | 1h/setmana: 50 €/mes 2h/setmana: 95 €/mes Grup competició: 170 €/mes | Pàdel Club Serradells GO AND PADEL Gustavo Morales Tel. 674 616 - 679 956 info@goandpadel.com www.facebook.com/goandpadel Instagram: @goandpadel Inici: 9/09/19 |
| TENNIS A partir de 6 anys | Escola de tennis d'1 a 3 hores a la setmana a les instal·lacions del Pàdel Club Serradells | 1h/setmana: 42 €/mes 2h/setmana: 73 €/mes 3h/setmana: 99 €/mes | Pàdel Club Serradells Escola Jamba Poux Tel. 346 062 Inici: 16/09/19 |

PATINATGE ARTÍSTIC SOBRE RODES - ESTADI

| | | | |
|--|--|--|--|
| A partir de 5 anys, nenes i nens Horaris en funció del nivell | Dl. de 17.30 a 21.30 h (club) Dj. de 17.30 a 21.30 h (club) Dj. de 17.30 a 18.30 h (escola) Ds. de 8.30 a 15 h (club) Dv. de 20 a 22 h (xou iniciació) | Escola: 20 €/mes D i C: 36 €/mes Nivells B i A: 46 €/mes Nivells Certificat i Categ.: 56 €/mes + fitxes federatives anuals | Club Patinatge Artístic Principat d'Andorra Tel. 355 222 patinatge.andorra@hotmail.com www.patinatgeandorra.com Inici: 9/09/19 |
|--|--|--|--|

ACTIVITATS ESPORTIVES PER A JOVES I ADULTS

ACTIVITATS ESPORTIVES AL CENTRE ESPORTIU DELS SERRADELLS

BALL – CLUB DE BALL ESPORTIU SERRADELLS

| | | | |
|---|---|---|--|
| Ball de Saló (Samba, Txa-Txa, Rock&Roll, Tango, Fox-trot, Vals, ...) | Nivell iniciació: Dv. 20.30 a 21.30 h Nivell avançat: Dl. de 20.30 a 21.30 h Nivell mig Dc. de 20.30 a 21.30 h Dc. de 21.30 a 22.30 h | 1 classe/setmana: 35 €/mes 2 classes/setmana: 48 €/mes Abonats: matrícula gratuïta No abonats: matrícula 25 € (10 sessions/trimestre) | Club de Ball Esportiu Serradells Tel. 378 009 club.serradells@gmail.com Inici: 30/09/19 |
| Salsa | Nivell iniciació: Dt. de 20.30 a 21.30 h Nivell mig-avançat: Dt. de 21.30 a 22.30 h | | |
| Batxata | Nivell iniciació: Dj. de 20.30 a 21.30 h Nivell mig-avançat: Dj. de 21.30 a 22.30 h | | |
| Kizomba | Nivell iniciació: Dv. de 21.30 a 22.30 h | | |
| Tango Argentí | Dl. de 21.30 a 22.30 h | | |
| Sevillanes | Dt. de 20.30 a 21.30 h | | |

BOXA – CLUB BOXA SERRADELLS

| | | | |
|-----------------------------|------------------------------|--|---|
| Adults, a partir de 14 anys | De dl. a dv. de 19.30 a 21 h | 38,5 €/mes (inclou l'abonament al Centre Esportiu dels Serradells i les classes de boxa) | Club Boxa Serradells Alex Fernández - tel. 352 188 boxingserradells@gmail.com Inici: 2/09/2019 |
|-----------------------------|------------------------------|--|---|

CAPOEIRA – TAEKWONDO CLUB ANDORRA

| | | | |
|--------------------|---------------------------|---|---|
| A partir de 8 anys | Dl. i dc. de 20 a 21.15 h | Menors d'edat: 15 €/mes + llicència Adults: 25 €/mes + llicència | Taekwondo Club Andorra Secció Capoeira William - tel. 645 854 andorracapoeira@hotmail.com http://www.mandinga.cat Inici: 2/09/2019 |
|--------------------|---------------------------|---|---|

FITNESS SERRADELLS– CENTRE ESPORTIU DELS SERRADELLS

| | | | |
|---|--|------------------|---|
| A partir de 16 anys, per als socis del Centre Esportiu dels Serradells, programació setmanal de classes de fitness entre les 7.15 i les 20.30 h | Quota plus anual fitness | 300 €/any | Centre Esportiu dels Serradells Tel. 730 090 activitats.serradells@comuandorra.ad www.andorralavella.ad Facebook: @serradells |
| | Quota plus mensual fitness abonat | 30 €/mensual | |
| | Fitness ús puntual 10 sessions | 49 €/10 sessions | |
| | Fitness posseïdor de la targeta d'or o platejada | 20 €/mes | |
| Activitat de Fitness, a partir de 16 anys per a no socis | Fitness ús puntual no socis | 10 €/sessió | |

RUTINES D'ENTRENAMENT - CENTRE ESPORTIU DELS SERRADELLS

| | | | |
|---|--|---|---|
| A partir de 16 anys, activitat oberta tot l'any | Elaboració de rutines d'entrenament adaptades a la condició física per assolir de manera més ràpida i efectiva els objectius | Elaboració i actualització de rutines: 11 € | Centre Esportiu dels Serradells Tel. 730 090 activitats.serradells@comuandorra.ad www.andorralavella.ad Facebook: @serradells |
|---|--|---|---|

ENTRENAMENT EN SALUT, REHABILITACIÓ, EMBARÀS I POST PART

| | | |
|---|--|---|
| Sessions d'entrenament personalitzades en salut i rehabilitació. Preparació física amb patologies, lesions o malalties diagnosticades. Rutines d'entrenament i planificacions mensuals en salut i rehabilitació. Sessions d'entrenament, rutines i plans d'entrenament preventius per evitar possibles lesions futures. Embaràs i post part, classes grupals però a la vegada individualitzades on es treballa l'estat físic durant l'embaràs i el post part. Treball de mobilització, tonificació, respiració, sol pèlvic i cardiovascular. Adaptats en funció del moment. | Les sessions poden ser de 30 minuts o 1 hora al gimnàs, piscina o sala privada. Individual o per parelles Tarifes variables en funció del servei contractat i la durada del mateix. | Judith – tel. 382 528 jarbosf@hotmail.com Per a qualsevol dels serveis, és obligatòria una petita entrevista inicial amb la preparadora física. |
|---|--|---|

CLASSES D'ACTIVATAT 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 grupal 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: Judith – tel. 382 528 jarbosf@hotmail.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. | |
| | <u>loga</u> : classe grupal de ioga adaptat. | Organitza: ASSANDCA Col·labora: Comú d'Andorra la Vella Informació i inscripcions: Francesc – tel. 355 777 info@assandca.com |

HANDBOL- HANDBOL CLUB SERRADELLS

| | | | |
|--|--|--|---|
| Per a joves d'11 a 17 anys (infantil, cadet i juvenil) | Horaris pista segons categories: Dl. de 20 a 21.30 h Dj. de 17.30 a 20.30 h Dv. de 18.15 a 20.15 h (horaris pendents de confirmar) | Competició a Catalunya: 405€/any amb finalitat de pagament Només entrenaments i amistosos: 180€/any | Handbol Club Serradells Edgar - tel. 698153 eserra@fahandbol.ad Inici el 9/09/2019 |
|--|--|--|---|

IOGA – ASSOCIACIÓ IOGA SERRADELLS

| | | | |
|--|---|---|---|
| A partir de 16 anys. Hi ha la possibilitat de portar menors acompanyats dels pares a partir d'11 anys. | Dt. i dj. de 9.15 a 10.45 h, o de 18.30 a 20 h Es poden proposar altres dies i horaris no establerts | 52 €/mes Estudiants i jubilats: 35 €/mes | Associació ioga Serradells Santi Perez - tel. 332 868 iogaserradells@yahoo.es iogashanti@yahoo.es Inici: 17/09/19 |
|--|---|---|---|

NATACIÓ – CLUB NATACIÓ SERRADELLS

| | | | |
|---------------------|---|---|---|
| A partir de 17 anys | 2 dies per setmana (probablement dl. i dj. de 19,45 a 20,45 h). Obertura de grups a partir de 4 inscrits | 100 €/trimestre + 6 €/quota de soci del Club Natació Serradells | Club Natació Serradells Ariel - tel. 381 851 serradellsnatacio@gmail.com Inici: 16/09/19 |
|---------------------|---|---|---|

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

| | | | |
|---------------------|------------------------------|---|---|
| A partir de 16 anys | Dt. i dt. de 19.15 a 20.15 h | 39 €/mes 45 €/any llicència federativa | Club Kung-fu Taichi Sifu Raúl Martín clubkungfutaichi@andorra.ad www.kungfuandorra.ad Inici: 17/09/19 |
|---------------------|------------------------------|---|---|

PÀDEL I TENNIS – PÀDEL CLUB SERRADELLS

| | | |
|--|---|--|
| Activitat oberta tot l'any amb 5 pistes de pàdel i 1 pista de tennis. De dl. a dv. d'11 a 15 h i de 17.30 a 22.30 h, ds, dg. i festius de 10.30 a 13.30 h i de 16.30 a 21 h | Soci 15 €/mensuals o 120 €/any Preu pista 1hora Soci: 3 €/persona - Soci Serradells: 4,80 €/persona No soci: 6 €/persona Preu pista 1hora 30 minuts Soci: 4,5 €/persona - Soci Serradells: 7,20 €/persona No soci: 9 €/persona Classe per a infants: 50 €/h Classe de pàdel per a adults Grup 4 persones 1h/set.: 65 €/mes Grup 3 persones 1h/set.: 75 €/mes Grup 2 persones 1h/set.: 95 €/mes Classes particulars individuals: 40 €/h | Pàdel Club Serradells Centre Esportiu dels Serradells Tel. 679 090 - 839 095 info@padelclub.ad www.padelclub.ad www.facebook.com/PadelClubSerradells GO AND PADEL Gustavo Morales Tel. 674 616 – 679 956 info@goandpadel.com www.facebook.com/goandpadel Instagram: @goandpadel |
|--|---|--|

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

| | | | |
|---------------------|------------------------------|---|---|
| A partir de 16 anys | Dt. i dj. de 20.30 a 21.30 h | 39 €/mes 45 €/any llicència federativa | Club Kung-fu Taichi Sifu Raúl Martín clubkungfutaichi@andorra.ad www.taichiandorra.ad Inici: 17/09/19 |
|---------------------|------------------------------|---|---|

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. i festius de 10 a 14 h Dilluns feiners tancat per festa setmanal | Inscripció: 60€ Quota: 165 €/any | Club Andorrà de Tir de Precisió Tel. 860 972 (a partir de les 17 h) catp@andorra.ad www.andorratir.org |
|---|-------------------------------------|---|

WING CHUN – WING CHUN ANDORRA

| | | | |
|---------------------|---------------------------|--|---|
| A partir de 15 anys | Dl. i dc. de 19.30 a 21 h | 45 €/mes Possibilitat de provar unes classes sense compromís. Activitat oberta tot l'any. | Wing Chun Andorra Francesc Trigo - tel. 622 335 francesc@wingchunandorra.com Xavi Coll - tel. 331 622 xavi@wingchunandorra.com www.wingchunandorra.com |
|---------------------|---------------------------|--|---|

ACTIVITATS ESPORTIVES A LA SALA POLIVALENT DE LA PLAÇA DEL POBLE**AIKIDO – ASSOCIACIÓ ANDORRANA D'AIKIDO KOKORO DOJO INTERNACIONAL**

| | | | |
|--------------------|---|---|---|
| A partir de 7 anys | Dl., dc. i dv. de 19.30 a 20.30 h Dt. i dj. de 21 a 22 h | Matrícula: 60 €/any Dl., dc. i dv.: 47,03 €/mes Dt. i dj.: 41,80 €/mes De dl. a dv.: 57,48 €/mes | Associació Andorrana d'Aikido Kokoro Dojo Internacional Noemi - tel. 616 488 associacioandorranaailido@gmail.com Inici: 16/09/19 |
|--------------------|---|---|---|

HAPKIDO – BAEK DU SAN

| | | | |
|---------------------|---------------------------|---|--|
| A partir de 16 anys | Dt. i dj. de 20.30 a 22 h | Matrícula: 40 € Quota: 40 €/mes Llicència: 20 €/any | BAEK DU SAN Agrupació d'hapkido i arts marciais Iban - tel. 649 588 ibanmirandahapkido@gmail.com Inici: 10/09/19 |
|---------------------|---------------------------|---|--|

JUDO – CLUB JUDO HANTEI

| | | | |
|---------------------------------------|------------------------------|---|--|
| De 14 a 16 anys | Dt. i dj. de 20.30 a 21.30 h | Matrícula: 15 €/any Quota: 31 €/mes + llicència federativa: 43 € | Club de Judo Hantei Sala Polivalent Tel. 339 137 – 339 962 sornilo@andorra.ad Tècnics: Eladi López (Cinturó Negre 6è Dan) Joan C. Querencia (Cinturó negre 5è Dan) Dani Garcia (Cinturó negre 4t Dan) |
| Adults competició | Dl. i dc. de 20.30 a 22 h | | |
| Adults defensa personal i manteniment | Dv. de 20.30 a 22 h | Matrícula: 15 €/any Quota: 21 €/mes + llicència federativa: 43 € | Inici: 3/09/18 |

TAEKWONDO – TAEKWONDO CLUB ANDORRA

| | | | |
|---------------------|-----------------------------------|---------------------------------|--|
| A partir de 18 anys | Dl., dc. i dv. de 20.30 a 21.30 h | 28 €/mes + llicència federativa | Taekwondo Club Andorra Juanjo - tel. 322 398 coach@fandtaekwondo.com Tècnic: Juanjo Padrós (cinturó negre 7è dan) Inici: 9/09/19 |
|---------------------|-----------------------------------|---------------------------------|--|

KARATE – CLUB KARATE SHOTOKAN

| | | | |
|---------------------|---|---------------------------------|---|
| A partir de 16 anys | Iniciació: dl. i dc. de 20.30 a 21.30 h Tecnificació, kata i combat: dt., dj. i dv. de 20.30 a 21.30 h | 35 €/mes + llicència federativa | Club Karate Shotokan Sala Polivalent Manel Jodar (cinturó negre 6è dan) Tel. +34 654037841- 334 442 karatejodar@yahoo.es Inici: 2/09/19 |
|---------------------|---|---------------------------------|---|

AÇTIVITATS ESPORTIVES PER A SÈNIORS

ACTIVITATS DE SALA

GIMNÀSTICA DE MANTENIMENT – ANDORRA LA VELLA – SANTA COLOMA

| | | | |
|-------------------|--|--|--|
| Majors de 60 anys | Andorra la Vella Grup 1: dt. i dj. de 15.50 a 16.40 h a la Sala polivalent. Grup 2: dl. i dc. de 15.15 a 16.05 h a la Sala polivalent. | Targeta Or: 15 €/trimestre Targeta Plata: 18 €/trimestre Sense targeta: 36 €/trimestre | Departament d'Esports i Punt Informació Gent Gran. Tel. 730 020 gentgran@comuandorra.ad Inici: 30/09/19 |
| | Santa Coloma Dt. i dv. de 15.45 a 16.35 h a la Casa pairal de la plaça Major. | | |

FITNESS - SERRADELLS

| | | | |
|-------------------|--|--|---|
| Majors de 60 anys | Dt. i dj. de 10 a 11 h al Centre Esportiu dels Serradells. | Targeta Or: 15 €/trimestre Targeta Plata: 18 €/trimestre Sense targeta: 36 €/trimestre | Departament d'Esports i Punt Informació Gent Gran. Tel. 730 020 gentgran@comuandorra.ad Inici: 1/10/19 |
|-------------------|--|--|---|

GIMNÀS DE MUSCULACIÓ – SERRADELLS

| | | | |
|-------------------|--|--|--|
| Majors de 60 anys | Dv. de 10 a 11 h activitat física en grup a la Sala de musculació del Centre Esportiu dels Serradells. | Targeta Or: 15 €/trimestre Targeta Plata: 18 €/trimestre Sense targeta: 36 €/trimestre | Departament d'Esports i Punt Informació Gent Gran. Tel. 730 020 gentgran@comuandorra.ad Inici: 04/10/19 |
|-------------------|--|--|--|

CIRCUIT DINÀMIC – SALA POLIVALENT

| | | | |
|-------------------|---|--|--|
| Majors de 60 anys | Dl. i dc. de 9 a 10 h a la Sala polivalent. | Targeta Or: 15 €/trimestre Targeta Plata: 18 €/trimestre Sense targeta: 36 €/trimestre | Departament d'Esports i Punt Informació Gent Gran. Tel. 730 020 gentgran@comuandorra.ad Inici: 30/09/19 |
|-------------------|---|--|--|

TENNIS TAULA – SALA ÀGORA

| | | | |
|-------------------|---|---|--|
| Majors de 60 anys | Dl. i dc. de 10.30 a 11.30 h a la Sala Àgora. | Targeta Or: 15 €/trimestre Targeta Plata: 18 €/trimestre Sense targeta: 36 €/trimestre | Departament d'Esports i Punt Informació Gent Gran. Tel. 730 020 gentgran@comuandorra.ad Inici: 30/09/19 |
|-------------------|---|---|--|

ACTIVITATS AQUÀTIQUES

AQUADINÀMIC - SERRADELLS

Activitat adreçada a
persones a partir de 60 anys
d'edat

Aquadinàmic
Dc. de 15.45 a 16.30 h al Lycée

Dj. de 12.30 a 13.15 h a l'escola
Meritxell

Targeta Or: 15 €/trimestre
Targeta Plata: 18 €/trimestre
Sense targeta: 36 €/trimestre

Departament d'Esports i Punt Informació
Gent Gran. Tel. 730 020
gentgran@comuandorra.ad

Inici: 02/10/19

ENTITATS ESPORTIVES AMB ACTIVITAT A ANDORRA LA VELLA

ARTS MARCIALS

| | | |
|---|---|---|
| Associació Andorrana d'Aikido Kokoro Dojo Internacional C/ Doctor Molines, 6-8 Andorra la Vella | Tel. 616 488 – Noemi associacioandorranaaikido@gmail.com | Es promou l'Aikido, art marcial japonesa. Classes a la Sala polivalent. |
| Associació Estrella del Centre Centre Cultural La Llacuna C/ Mossèn Cinto Verdaguer, 4-6 Andorra la Vella | Tel. 850 242 – 618 816 – Alfons alxindaoper@gmail.com | Es promou el treball per millorar la salut i l'expansió de la consciència, utilitzant les cultures tradicionals Mei Hua Zhuang, QiGong, Meditació i Taijiquan. |
| Baek Du San, Agrupació d'Hapkido i Arts marciais Sala polivalent de la Plaça del Poble Andorra la Vella | Tel. 649 588 ibanmirandahapkido@gmail.com | Escola d'Hapkido tradicional i Hapkido de combat. Es treballa mitjançant l'atenció, la psicomotricitat i la coordinació per generar un reforç físic i mental. |
| Club de Judo Alternatiu Sala polivalent Plaça del Poble Andorra la Vella | Tel. 339 996 – Manel judo.alternatiu@gmail.com | Integració a la pràctica del judo a tots els interessats en aquest esport i que per qualsevol tipus de diversitat funcional no estiguin admesos als clubs d'Andorra. Al llarg de l'any, es participen en competicions nacionals i internacionals. |
| Club de Judo Hantei Sala Polivalent, Plaça del Poble BP 235 - Andorra la Vella | Tel. 873 123 – 339 137 – 339 962 sornilo@andorra.ad Facebook: Club de Judo Hantei | Escola de judo per a infants i activitat de judo per a adults. Classes d'iniciació, perfeccionament, manteniment i alta competició. Organització de tornejos i estades. |
| Federació Andorrana de Judo FANDJUDO Centre de Tecnificació d'Ordino C/ Narciso Yepes, s/n Ordino | Tel. 355 845 federacio.judo@fandjudo.ad www.fandjudo.ad www.facebook.com/fandjudo. federacioandorranadejudo | Foment de la pràctica del judo. Organització de campionats i estades de tecnificació. Competició internacional de seleccions nacionals. |
| Club de Kung-Fu Tai Chi Escola d'Arts Marcials Xineses Centre Esportiu dels Serradells Andorra la Vella | Tel. 376 900 Mestre Raúl Martín clubkungfutaichi@andorra.ad www.kungfuandorra.com www.fawuk.ad | Estils que es practiquen: Hung-gar, Ving Tsun, Taichi Chuan, defensa personal civil i professional, defensa personal femenina (Mètode DPC). Únic club de la parròquia homologat per la Federació Andorrana de Kung-fu (FAWUK). |

| | | |
|---|---|---|
| Club Esportiu Ryubukan Centre Esportiu dels Serradells Andorra la Vella | Tel. 355 318 ryubukan@hotmail.com http://ryubukandojo.wordpress.com | Escola d'arts marciais japoneses i d'Okinawa per al desenvolupament físic, mental i creixement personal. Es practiquen les disciplines: Karate d'Okinawa estil Shorin-Ryu, Kobudo d'Okinawa estil Yamanni-Ryu, lai-do (espasa japonesa) i Batto-do (tall real). |
| Karate Club Shotokan Sala Polivalent, Plaça del Poble Andorra la Vella | Tel. 730 094 - 334 442 + 34 654 037 841 – Manel Jodar karatejodar@yahoo.es | Escola de karate per a infants i adults. Grups de competició. Organització d'estades i campus. |
| Taekwondo Club Andorra Sala polivalent Plaça del Poble Andorra la Vella | Tel. 322 398 coach@fandtaekwondo.com www.fandtaekwondo.com Facebook/taekwondoclubandorra | Classe de taekwondo a partir dels 3,5 anys i per a adults. Classes de Capoeira. Equips de competició que participen en els campionats de Catalunya i Espanya amb projecció internacional. |
| Wing Chun Andorra Centre Esportiu dels Serradells Andorra la Vella | Tel. 331 622 – Xavi xavi@wingchunandorra.com Tel. 622 335 – Francesc francesc@wingchunandorra.com www.wingchunandorra.com | Escola d'arts marciais centrada en l'ensenyament del Wing Chun, programa complet que inclou ma buida, ninot de fusta i armes. |

ATLETISME

| | | |
|--|---|---|
| Club Amics Atletisme Andorra (AAA) Estadi Comunal, Av. de Salou, 22 Andorra la Vella | Persona de contacte: Edgar Amaro De dl. a dv. de 20 a 22 h amicsatletisme@andorra.ad | Organització, entrenaments i participació en esdeveniments atlètics. Entrenament d'atletes a partir de categoria juvenil. |
| Club Atletisme Assegurances Doval (CAAD) C/ Roureda de Sansa, 34, baixos A Andorra la Vella | Tel. 322 669 – Josep Doval doval@assegurancesdoval.ad | Organització i participació en curses de fons i ultrafons. Entrenament d'atletes a partir de categoria juvenil. |
| Club Atletisme Valls d'Andorra (CAVA) Estadi Comunal Av. de Salou, 22 Andorra la Vella | Tel. 338 426 – Miquel Vilchez escolacava@andorra.ad www.cava.myp.ad Facebook: Club Atletisme Valls d'Andorra | Organització de competicions d'atletisme de pista, cross i curses de fons. Escola atlètica i entrenament d'atletes. |

BALL SOCIAL I ESPORTIU

| | | |
|---|---|--|
| Club de Ball Esportiu Serradells Centre Esportiu Serradells Andorra la Vella | Tel. 378 009 club.serradells@gmail.com | Promoció del ball en diferents modalitats. Per a categories infantils: ball esportiu de competició, dansa moderna, modern jazz, ... Per a tots els públics: balls de saló, salsa, batxata, balls tropicals, tango argentí, ... |
| Federació Andorrana de Ball Esportiu Centre Esportiu Serradells Andorra la Vella | Tel. 682 968 xicdans@gmail.com | Promoció del ball esportiu i d'altres disciplines del ball i la dansa. Programa formatiu Xic&Dans. |

BÀSQUET

Bàsquet Club Morabanc Andorra

C/ Baixada del Molí, 31-35
Andorra la Vella

Tel. 885 900

bca@bca.ad
www.bca.ad

Escola de bàsquet i bàsquet federat de competició en totes les categories.

Federació Andorrana de Basquetbol

C/ Baixada del Molí, 31
Andorra la Vella

Tel. 890 361

basket@andorra.ad
www.fab.ad

Promoció del bàsquet escolar.
Representació internacional mitjançant les seleccions nacionals de bàsquet.
Organització de tours 3x3.
Organització de campus de bàsquet per a infants en períodes de vacances escolars.

BOXA

Club Boxa Serradells

Centre Esportiu dels Serradells
Andorra la Vella

Tel. 352 188 – Alex Fernández

boxingerradells@gmail.com

Difusió de la boxa, aprenentatge i iniciació de les bases i preparació per a la competició.

CICLISME

Agrupació Ciclista Andorrana (ACA)

C/ Terravella, 9, local planta baixa
Andorra la Vella

Tel. 863 663

Dimarts i dimecres de 18.30 a 20.30 h
bikeaca@gmail.com
www.bikeaca.com
Segueix-nos a Facebook i Twitter

Organització d'esdeveniments cicloturistes i ciclistes. Modalitats: ciclisme en carretera, BTT, bicitrial, descens,... Escola de ciclisme de 4 a 14 anys d'abril fins a octubre.
www.voltaalsports.com

Sprint Club Andorra (SCA)

Av/Carlemany, 65, 1ª planta, local 14
Escaldes-Engordany

Tel. 824 701

Dimecres de 17.30 a 20.30 h
sprintclub@andorra.ad
facebook: Sprintclub Andorra
Instagram: sprintclubandorra
Twitter: ANDORRASPRINT

Organització d'esdeveniments i curses ciclistes. Modalitats: ciclisme en carretera i BTT. Escola de ciclisme Purito Sprint Club Andorra de 4 a 14 anys.

ESCACS

Centre d'Escacs Andorra (CEA)

Centre Esportiu Serradells
Andorra la Vella

Tel. 824 465 - 354 967

info@escacsandorra.com
www.escacsandorra.com

A partir de 6 anys, es fan classes d'escacs a l'edifici de la sala Àgora.

ESCALADA

Secció d'Acció Esportiva Bloccafé

Baixada del Molí, 7-9-11
Andorra la Vella

Tel. 861 777

info@bloccafe.com
www.bloccafe.com

Escola d'escala per alumnes de 4 a 15 anys i classes per a adults de tots els nivells. Escola de Boxa, MMA i Krav Maga per a nens i adults. Organització d'esdeveniments i competicions d'escalada.

ESPORTS NÀUTICS

Club Nàutic d'Andorra

C/ de l'Alzinaret, 7 – Baixos
Andorra la Vella

Tel. 869 125
De dilluns a divendres de 9 a 14 h
cna@clubnauticandorra.ad
www.clubnauticandorra.ad

Expedició de titulacions nàutiques.
Cursos pràctics de navegació a vela i participació en regates.

ESQUÍ

Esquí Club d'Andorra (ECA)

Av. Dr. Mitjavila, 17, 1r 3a
Andorra la Vella

Tel. 820 010
De dilluns a divendres
de 10 a 13 h i de 16 a 20 h
esclan@andorra.ad

Foment de l'esquí en totes les edats, tant en l'àmbit social i lúdic com en el competitiu.
Organització de competicions i estades.

FUTBOL

Futbol Club Santa Coloma

Av. Meritxell, 9, 4t 2a
Galeries Meritxell
Andorra la Vella

Tel. 813 617
info@fclubsantacoloma.com
www.fclubsantacoloma.com
Facebook: Futbol Club Santa Coloma
Twitter: @fcsantacoloma

Equips de futbol de categoria sènior i base federats. Organització de campus per a infants.

Unió Esportiva Santa Coloma

Av. Santa Coloma, 65, 2n 1a
Santa Coloma

Tel. 372 288 – Boris
unioesportivasantacoloma@gmail.com
www.uesantacoloma.com
Facebook: UE Santa Coloma
Instagram: uesantacoloma1986
Twitter: @UeSanta

Escola de futbol i futbol sala per a infants.
Equips federats d'infants i adults.

Veterans de Futbol d'Andorra

C/ Antic carrer major, 11 (baixos)
Andorra la Vella

Tel. 331 533
veteransfutbol@andorra.ad

Entrenaments de futbol de veterans.
Participació en tornejos i partits amistosos de futbol 7 i futbol 11.

GIMNÀSTICA ARTÍSTICA

Club Artística Serradells

Centre Esportiu dels Serradells
Andorra la Vella

Tel. 373 404
artisticaserradells@gmail.com
Facebook: Artística Serradells
Instagram: artisticaserradells

Escola de gimnàstica artística per a infants repartits en nivells des de babygim, on aprenen la base, fins a equips de competició. Exhibicions i trobades puntuals a Andorra i competicions nacionals i internacionals.

GIMNÀSTICA RÍTMICA

Club Rítmica Serradells

Centre Esportiu dels Serradells
Andorra la Vella

Tel. 613 928 - Administració club
critmicaserradells@andorra.ad
www.ritmicaserradells.com
Facebook: Club Rítmica Serradells

Escola de gimnàstica rítmica per a infants.
Grups d'iniciació i de competició. Organització de campionats i estades.

| HANDBOL | | |
|--|---|---|
| Handbol Club Serradells Centre Esportiu dels Serradells Andorra la Vella | Tel. 392 543 – 698 153 fluchavergeres@andorra.ad | Promoció de l'handbol base (6 a 15 anys), entrenaments equip femení i masculí, trobades de mini handbol a Andorra i campionats de mini handbol mensuals a Catalunya. |
| HOQUEI SOBRE PATINS | | |
| Andorra Hoquei Club Estadi Comunal Av. de Salou, 22 Andorra la Vella | Tel. 321 469 De dilluns a divendres de 9 a 13 h i de 15 a 19 h ahc@andorra.ad www.andorrahoqueiclub.blogspot.com Facebook: Andorra Hoquei Club | Entitat esportiva que fomenta l'hoquei patins i promou la formació tècnica i humana dels jugadors. Col·labora amb la Federació Andorrana de Patinatge (FAP) en la participació a competicions europees i mundials. |
| IOGA | | |
| Associació de ioga Serradells Centre Esportiu dels Serradells Andorra la Vella | Tel. 332 868 – Santi Pérez iogashanti@yahoo.es iogaserradells@yahoo.es | Classes i tallers de ioga. Classes personalitzades. Intensius de ioga els caps de setmana. |
| MOTOR | | |
| Automòbil Club d'Andorra Babot Camp, 13 Andorra la Vella | Tel. 803 400 De dilluns a divendres de 9 a 19 h aca@aca.ad www.aca.ad | Organització de proves automobilístiques: Pujada a Arinsal, Ral·li Andorra, Andorra Winter Rally, Trofeu Andros i GSeries. Organització d'altres activitats: Jornada de la Mobilitat Elèctrica, cursos de conducció sobre neu i gel i la campanya de seguretat vial "Missió Zero Accidents". |
| Penya Motorista l'Esquirol C/ Prat Salit, 14 Santa Coloma | Tel. 609 960 – Evelyn Robert penyamotoristaesquirol@gmail.com www.penyamotoristaesquirol.com | Organització i participació en rutes turístiques en moto. |
| NATACIÓ | | |
| Club Natació Serradells Centre Esportiu dels Serradells Andorra la Vella | Tel. 381 851 serradellsnatacio@gmail.com sdrayo74@gmail.com | Escola de natació per a infants i adults. Grups de competició per a infants i adults. Organització de campionats i estades esportives. |
| NATACIÓ ARTÍSTICA | | |
| Club Natació Sincronitzada Serradells Centre Esportiu Serradells Andorra la Vella | Tel. 337 199 - Sònia (a partir de les 17.30 h) sincroserradells@gmail.com | Escola de natació sincronitzada. Iniciació i competició. |

RUGBI

VPC Andorra Rugby XV

C/ Baixada del Molí, 31
Andorra la Vella
Tel. 890 375 – 329 522
vpc@far.ad
www.vpcandorra.com
Facebook: VPC Andorra Rugby XV

HORARIS EQUIPS FEDERATS DE RUGBI
ESTADI NACIONAL INSCRIPCIONS OBERTES!
U16: dimarts i dijous de 18 a 20 h
U18: dimarts i divendres de 18 a 20 h
U18 i Sènior femení: dimarts i dijous de 20 a 22 h
Sènior masculí: dimarts, dimecres i divendres de 20 a 22 h

Federació Andorrana de Rugby

C/ Baixada del Molí, 31
Andorra la Vella
Tel. 890 374 – 335 666
secretariat@far.ad / rugby@rugbi.ad
http://www.rugbi.ad
Facebook: Federació Andorrana de Rugby

HORARIS ESCOLA DE RUGBY (6 A 14 ANYS)
ESTADI NACIONAL INSCRIPCIONS OBERTES!
Dimecres de 18 a 20 h
Dissabte d'11 a 13 h

TIR

Club Andorrà de Tir de Precisió

Centre Esportiu Serradells, baixos
Andorra la Vella

Tel. 860 972 – 322 049
catp@andorra.ad
www.andorratir.org

Foment de la pràctica del tir de precisió.
Organització de campionats.

TIR AMB ARC

Club de Tir amb Arc d'Arquers d'Andorra la Vella

Centre Esportiu Serradells
Andorra la Vella

Tel. 822 514 – Lluís
Tel. 372 473 – Joaquín
caav@andorra.ad

Activitats de tir amb arc per a totes les edats i nivells. Modalitats tir olímpic sala i aire lliure, ski arc. Organització de cursos i competicions.

TRIATLÓ

Club Esportiu Serradells

Secció Triatló
Centre Esportiu dels Serradells
Andorra la Vella

Tel. 387 191
clubtriatloserradells@gmail.com
www.triatloserradellsandorra.com

Entrenament i competició de l'esport del triatló a nivell internacional. Organització de triatlons populars i del triatló popular de setembre.

PÀDEL I TENNIS

Secció d'Acció Esportiva Pàdel Club Serradells

Centre Esportiu dels Serradells
Andorra la Vella

Tel. 679 090 - 839 095
info@padelclub.ad
www.padelclub.ad
www.facebook.com/PadelClubSerradells

Escola de pàdel i tennis per a infants i adults a partir de 6 anys. Pràctica lliure, cursos i estades de tennis i pàdel.

PATINATGE ARTÍSTIC

Club Patinatge Artístic Principat d'Andorra

Estadi Comunal
Av. de Salou, 22
Andorra la Vella

Tel. 355 222
patinatge.andorra@hotmail.com
www.patinatgeandorra.com
Facebook, Twitter, Instagram: Club Patinatge Artístic Principat d'Andorra

Escola de patinatge artístic sobre patins de rodes per a infants. Grups de competició federats. Organització d'actes puntuals i estades esportives.

Federació Andorrana de Patinatge

C/ Narciso Yepes, s/n
Ordino

Tel. 347 722
fap.and@hotmail.com

Foment de la pràctica dels esports sobre patins de rodes. Organització de lligues regulars, estades i tecnificacions. Competició a nivell internacional de seleccions nacionals.

PESCA

Club de Pesca Esportiva Sense Mort

Pescadors d'Andorra
Centre Esportiu dels Serradells
Andorra la Vella

Tel. 376 755
pescadors.andorra@gmail.com
www.pescadorsandorra.com

Activitats de pesca esportiva tot l'any, per a totes les edats i nivells. Organització de cursos, competicions, assessorament gratuït de normativa i punts de pesca a Andorra.

VOLEIBOL

Club Voleibol Andorra

Casal de l'Esport
C/ Baixada del Molí, 31
Andorra la Vella

Tel. 656 668 – 687 697
cvandorra@gmail.com
Facebook: Club Voleibol Andorra

Equips federats de voleibol de totes les edats. Escola de voleibol i vòlei platja per a infants. Organitza campionats nacionals i campus en vacances escolars.

MÉS INFORMACIÓ

CENTRE ESPORTIU
DELS SERRADELLS
TELÈFON: 730 090

www.andorralavella.ad



Comú d'Andorra la Vella

