

ZUMBA (15 / 09 / 2026 a 15 / 06 / 2027)

LUGAR	ACTIVIDAD	HORAS	DÍAS	EDAD
G. Molina	Baile combinado	9:30 a 10:25	L,X,V	1962-2011
G. Molina	Baile combinado	18:00 a 18:55	M, J	1962-2011
G. Molina	Baile combinado	20:00 a 20:55	L,X,V	1962-2011
G. Molina	Baile combinado	21:00 a 21:55	M, J	1962-2011

EQUITACIÓN (1 / 10 / 2026 a 29 / 06 / 2027)

LUGAR	ACTIVIDAD	HORAS	DÍAS	EDAD
C. Ecuestre	Caballo Perfec.	11:00 a 12:00	S,D	1957-2014
C. Ecuestre	Caballo Perfec.	12:00 a 13:00	S,D	1957-2014
C. Ecuestre	Caballo Inicia.	13:00 a 14:00	S,D	1957-2014
C. Ecuestre	Caballo Inicia.	17:00 a 18:00	S,D	1957-2014
C. Ecuestre	Caballo Perfec.	18:00 a 19:00	S,D	1957-2014
C. Ecuestre	Caballo Inicia.	17:00 a 18:00	M,J	1957-2014
C. Ecuestre	Caballo Perfec.	18:00 a 19:00	M,J	1957-2014

MANTENIMIENTO MAYORES (15 / 09 / 2026 a 15 / 06 / 2027)

LUGAR	ACTIVIDAD	HORAS	DÍAS	EDAD
G. Molina	G. Mantenimiento	10:30 a 11:25	L,X,V	1935-1966
Díaz Flor	G. Mantenim. 1	11:00 a 11:55	L,X,V	1935-1966
Díaz Flor	G. Mantenim. 1	11:00 a 11:55	M,J	1935-1966
Díaz Flor	G. Mantenim. 2	10:00 a 10:55	L,X,V	1935-1966
Díaz Flor	G. Mantenim. 2	10:00 a 10:55	M,J	1935-1966
Díaz Flor	G. Mantenim. 2	11:30 a 12:25	M,J	1935-1966
Díaz Flor	G. Mantenim. 3	10:30 a 11:25	L,X,V	1935-1966
Díaz Flor	G. Mantenim. 3	10:30 a 11:25	M,J	1935-1966
Díaz Flor	G. Mantenim. 3	11:30 a 12:25	L,X,V	1935-1966

TENIS (15 / 09 / 2026 a 15 / 06 / 2027)

LUGAR	ACTIVIDAD	HORAS	DÍAS	EDAD
Parque Marítimo	Iniciación	16:00 a 16:55	L,X	1957-2010
Parque Marítimo	Iniciación	19:00 a 19:55	M,J	1957-2010
Parque Marítimo	Iniciación	20:00 a 20:55	L,X	1957-2010

YOGA (15 / 09 / 2026 a 15 / 06 / 2027)

LUGAR	ACTIVIDAD	HORAS	DÍAS	EDAD
G. Molina	Iniciación	9:30 a 10:25	M,J	1962-2011
G. Molina	Avanzado	9:30 a 10:25	L,X,V	1962-2011
G. Molina	Iniciación	19:00 a 19:55	L,X,V	1962-2011
Díaz Flor	Básico	07:00 a 07:55	L,X	1962-2011
Díaz Flor	Básico	08:00 a 08:55	L,X	1962-2011
Díaz Flor	Básico	07:00 a 07:55	M,J	1962-2011
Díaz Flor	Básico	08:00 a 08:55	M,J	1962-2011
Díaz Flor	Básico	17:00 a 17:55	L,X	1962-2011
Díaz Flor	Básico	18:00 a 18:55	L,X	1962-2011

ESGRIMA (15 / 09 / 2026 a 15 / 06 / 2027)

LUGAR	ACTIVIDAD	HORAS	DÍAS	EDAD
G. Molina	Iniciación	19:00 a 19:55	M, J	1962-2011

TABATA (15 / 09 / 2026 a 15 / 06 / 2027)

LUGAR	ACTIVIDAD	HORAS	DÍAS	EDAD
G. Molina	Iniciación	10:30 a 11:25	L,X,V	1962-2011

E.R.R. (15 / 09 / 2026 a 15 / 06 / 2027)

LUGAR	ACTIVIDAD	HORAS	DÍAS	EDAD
G. Molina	Iniciación	8:30 a 9:25	L,X,V	1962-2011
G. Molina	Iniciación	8:00 a 8:55	M,J	1962-2011

ATLETISMO (15 / 09 / 2026 a 15 / 06 / 2027)

LUGAR	ACTIVIDAD	HORAS	DÍAS	EDAD
Pista Atletismo	Iniciación	18:30 a 20:30	L a V	1971-2008



ACTIVIDADES PARA ADULTOS

2026 - 2027

MONTAÑA Y ESCALADA (15 / 09 / 2026 a 15 / 06 / 2027)

LUGAR	ACTIVIDAD	HORAS	DÍAS	EDAD
San Amaro	Iniciación	17:00 a 18:00	L,X,V	1961-2011
San Amaro	Iniciación	18:00 a 19:00	L,X,V	1961-2011
San Amaro	Perfecc.	18:00 a 20:00	L,X,V	1961-2011

G.A.P. STRETCHING (15 / 09 / 2026 a 15 / 06 / 2027)

LUGAR	ACTIVIDAD	HORAS	DÍAS	EDAD
Díaz Flor	Básico	08:00 a 08:55	V	1962-2011
Díaz Flor	Básico	09:00 a 09:55	M,J	1962-2011

ACONDICIONAMIENTO FÍSICO (15 / 09 / 2026 a 15 / 06 / 2027)

LUGAR	ACTIVIDAD	HORAS	DÍAS	EDAD
Díaz Flor	Básico	07:00 a 07:55	L,X,V	1962-2011
Díaz Flor	Básico	09:00 a 09:55	L,X	1962-2011
Díaz Flor	Básico	16:00 a 16:55	L,X	1962-2011

BAILE DEPORTIVO (15 / 09 / 2026 a 15 / 06 / 2027)

LUGAR	ACTIVIDAD	HORAS	DÍAS	EDAD
Díaz Flor	Básico	18:00 a 18:55	M,J	1966-2008

TONIFICACIÓN (15 / 09 / 2026 a 15 / 06 / 2027)

LUGAR	ACTIVIDAD	HORAS	DÍAS	EDAD
G. Molina	Iniciación	10:30 a 11:25	M,J	1962-2011

DÍAS NO LECTIVOS: Festivos locales y nacionales según calendario laboral y 3 de mayo día del funcionario.

Del 21 de diciembre 2026 al 8 de enero 2027

Del 22 al 28 de marzo 2027

A PARTIR DEL 1 DE ENERO DE 2027 LAS TASAS SE AJUSTARÁN A LA SUBIDA DEL IPC



INSTITUTO CEUTÍ DE DEPORTES

Complejo Deportivo Guillermo Molina Ríos
C/ Juan Díaz Fernández, s/n • 51001 CEUTA
Teléfonos: 956 51 38 24 - 956 51 92 42
E-mail: icd@ceuta.es www.icdceuta.es

CIRCUITO EASY LINE (15 / 09 / 2026 a 15 / 06 / 2027)

LUGAR	ACTIVIDAD	HORAS	DÍAS	EDAD
G. Molina	Cardio+Fuerza	9:30 a 10:25	L,X,V	1962-2011
G. Molina	Cardio+Fuerza	17:00 a 17:55	L,X	1962-2011
G. Molina	Cardio+Fuerza	18:00 a 18:55	L,X	1962-2011
G. Molina	Cardio+Fuerza	19:00 a 19:55	L,X,V	1962-2011
G. Molina	Cardio+Fuerza	20:00 a 20:55	M, J	1962-2011

PILATES (15 / 09 / 2026 a 15 / 06 / 2027)

LUGAR	ACTIVIDAD	HORAS	DÍAS	EDAD
G. Molina	Pilates Básico	10:30 a 11:25	M, J	1962-2011
G. Molina	Pilates Básico	16:00 a 16:55	L, X	1962-2011
G. Molina	P. Intermedio	16:00 a 16:55	M, J	1962-2011
G. Molina	P. Intermedio	17:00 a 17:55	L, X	1962-2011
G. Molina	Pilates Básico	17:00 a 17:55	M, J	1962-2011
G. Molina	Pilates Básico	20:00 a 20:55	L, X	1962-2011
G. Molina	Pilates Senior	09:30 a 10:25	M, J	1934-1965

GIMNASIA CORRECTIVA (15 / 09 / 2026 a 15 / 06 / 2027)

LUGAR	ACTIVIDAD	HORAS	DÍAS	EDAD
G. Molina	Mejora postural	10:30 a 11:25	L,X,V	1962-2011
G. Molina	Mejora postural	17:00 a 17:55	M,J	1962-2011
G. Molina	Mejora postural	19:00 a 19:55	M,J	1962-2011

G. DE MANTENIMIENTO (15 / 09 / 2026 a 15 / 06 / 2027)

LUGAR	ACTIVIDAD	HORAS	DÍAS	EDAD
G. Molina	Mant. Adultos	9:30 a 10:25	M,J	1962-2011
G. Molina	Mant. Adultos	10:30 a 11:25	M,J	1962-2011
Díaz Flor	Mant. Adultos	9:30 a 10:25	L,X,V	1962-2011
Díaz Flor	Mant. Adultos	9:30 a 10:25	M,J	1962-2011
Díaz Flor	Mant. Adultos	20:00 a 20:55	L,X	1962-2011