

FORMAS DE ACCESO

ENTRADAS DIARIAS

· Permite el acceso a la instalación durante una jornada. Da derecho a la utilización de todos los espacios al igual que el abono anual, excepto la sala de fitness que no podrá ser utilizada.

ENTRADAS DIARIAS		De lunes a domingo
Infantil	4 a 13 años	8,00 €
Juvenil	14 a 17 años	13,00 €
Adulto	18 a 64 años	17,00 €
Mayor de 65 años	Mayor de 65 años	13,00 €

*30% descuento familias numerosas. (Abonos y entradas)

**30% descuento grupos organizados a partir de 15 personas con reserva previa.

***30% descuento entrada de día para acompañante Abonado Anual.

HORARIOS INSTALACIÓN

HORARIO ANUAL

De Lunes a Viernes de 10:00 a 22:00 horas.

Sábados, Domingos y Festivos de 10:00 a 20:00 horas.

Zona de aguas, sala de fitness y resto de salas cerrarán media hora antes del horario establecido.

TEMPORADA VERANO

De Lunes a Domingo de 10:00 a 22:00 h.

CALENDARIO INSTALACIÓN 2013

DÍAS DE CIERRE TOTAL DEL CENTRO

1 y 6 de enero, del 9 al 15 de septiembre, y 25 de diciembre.

VÍSPERAS DE DÍAS DE CIERRE TOTAL ABIERTO DE 10:00 A 14:00 H.

5 de enero, 24 y 31 de diciembre.

CIERRE ESPACIO TERMOLÚDICO – LABORES DE MANTENIMIENTO

Del 2 al 15 de septiembre.

PRETEMPORADA PISCINAS EXTERIORES DE 12:00 A 20:00 H.

Del 1 al 14 de junio, para abonados anuales, de mes, 10 accesos y entrada diaria.

TEMPORADA PISCINAS EXTERIORES

Del 1 al 14 de junio, pretemporada (Ab. Anuales, Mes, Fs, EDiaria) de 12:00 a 20:00 h.

Del 15 de junio al 8 de septiembre de 10:00 a 21:30 h.

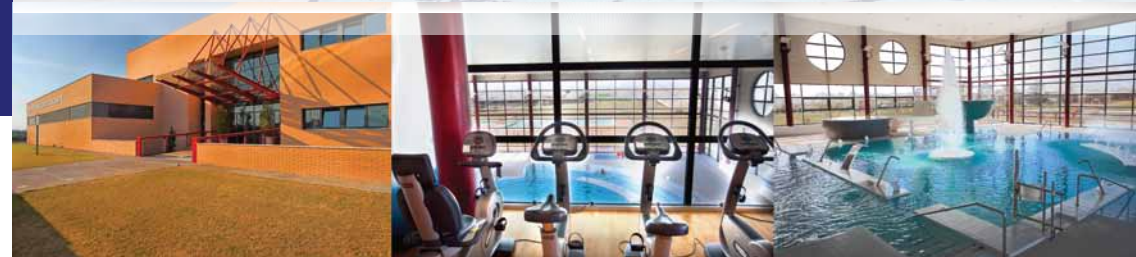
Abonado de verano del 15 de junio al 8 de septiembre.



CENTRO TERMOLÚDICO CASCANTE

**Un mundo
de espacios
de bienestar**

Tu Centro de Ejercicio,
Salud, Ocio y Relax.
Tu bienestar y el de los tuyos.



Telf: 948 844 538 – Fax: 948 844 539

Avd. Fuentes Dutor s/n

31520 · Cascante (Navarra)

info@termoludicocascante.com

www.termoludicocascante.com



M.I. Ayuntamiento
de Cascante



www.termoludicocascante.com



ESPACIO TERMOLÚDICO

Laguna interior de hidroterapia: Agua a temperatura comprendida entre 32 y 34° C con más de 50 elementos acuáticos:

- **Jacuzzis:** Dos tazas de hidromasaje sobre elevadas con agua a 32 - 34 °C y con un dispositivo de inyección de chorros de agua con burbujas, que producen un masaje homogéneo de burbujas.
- **Camas de burbujas:** Cuatro camas de diseño ergonómico y de cuya superficie nacen cientos de burbujas produciendo un suave y continuo masaje relajante desde las pantorillas hasta la nuca.
- **Chorros subacuáticos y aéreos:** Distribuidos a lo largo de toda la laguna de hidroterapia y concebidos para actuar sobre pantorillas, muslos, caderas, lumbares, dorsales y cervicales.
- **Río de corriente:** Corriente circular provocada, que permite andar contracorriente y conseguir unos beneficios musculares, articulares y vasculares de piernas y espalda.

Espacios complementarios situados junto a la laguna de hidroterapia que completan el circuito termolúdico:

- **Sauna:** Espacio de madera con bancos a diferentes niveles donde se realiza un baño de aire caliente (80 - 100 °C) y seco (5 - 10% de humedad relativa) alternado con aplicaciones de agua fría.
- **Baño de vapor:** Espacio donde se realiza un baño de aire sobresaturado de humedad (90 - 100%) y a una temperatura máxima de 45 °C.
- **Duchas ciclónicas:** Duchas a presión bitérmicas que alterna agua caliente con fría, dirigiendo sus chorros progresivamente de una zona a otra del cuerpo, desde los pies a la cabeza.
- **Sala relax:** Sala equipada con hamacas ergonómicas de madera, ideal para después de una sesión de sauna o baño de vapor.
- **Terraza solarium:** Espacio equipado con cómodas hamacas para disfrutar de los beneficios del sol.

Vaso deportivo de 3 calles por 20 metros para la práctica de actividades acuáticas.

PISCINAS Y ESPACIOS EXTERIORES

- **Vaso Recreativo** de perímetro irregular de 600 m² de lámina de agua y 1,10 m de profundidad y con posibilidad de calentar el agua.
- **Vaso de Chapoteo** circular de 3,6 m de diámetros y 0,35 m de profundidad.
- **Zona de Césped** de más de 9.000 m² y equipada con sombrillas.
- **Terraza Bar – Restaurante**
- **Pistas de Pádel, Pista de Atletismo y Pistas Polideportivas**

SALAS DE ACTIVIDADES

- **Sala de Fitness** de 200 m² equipada con máquinas y aparatos Technogym de resistencia cardiorrespiratoria con posibilidad de programación y control cardiaco, y aparatos de fuerza y resistencia muscular. Power Plate®
- **2 salas de actividades colectivas** de 115 y 70 m² diseñadas para desarrollar programas de ejercicio físico como pilates, spinning, aeróbic, tonificación, espalda sana, yoga, power tono, kick boxing, etc.
- **Salón social y de juegos** con 2 puntos de acceso a Internet, zona WIFI, y donde se desarrolla el Servicio de Ludoteca "Termoludo".

SERVICIO DE FISIOTERAPIA Y SERVICIO DE ESTÉTICA Y MASAJES

Ofrece un servicio profesional que incluye una exploración y tratamiento fisioterapéutico y en aquellos casos indicados una prescripción de ejercicios recomendados, con seguimiento de profesionales del ejercicio físico, ya sea en sala de fitness o en agua. Amplia carta de tratamientos corporales, faciales y servicios estéticos.

SERVICIO DE NUTRICIÓN Y DIETÉTICA

Elaboración de planes nutricionales para el control del peso y situaciones especiales.



ABONO ANUAL

- El abono anual es la opción más recomendable y ventajosa de hacer uso de las instalaciones. Una vez realizada la matrícula-entrada inicial, se dispone de unos precios muy económicos. Los pagos se podrán establecer en periodos mensuales, trimestrales o anuales (con pago anual, descuento de una mensualidad).
- Da derecho a utilizar todas las instalaciones del centro todo el año; piscinas climatizadas, piscinas de verano, zona de aguas: jacuzzis, sauna, baño turco, duchas ciclónicas y sala relax. Sala de fitness, pistas de pádel, pistas de atletismo y pistas polideportivas.
- Proporcionalmente es más económico que otros tipos de abono (verano, mes y 10 accesos)
- Es el único tipo de abono que permite descuentos familiares y descuentos en actividades y servicios:
 - Los usuarios con Abono anual tienen un 50% de descuento en las tarifas de los programas de actividades físicas, además de prioridad en la inscripción.
 - Permite ventajas y descuentos en los servicios de fisioterapia, estética, bonos de actividad y productos de venta en el Centro.

ABONO ANUAL		Entrada Inicial *	Cuota Mensual	Cuota Trimest	Cuota Anual *
Infantil	< 4 años	00,00 €	00,00 €	00,00 €	00,00 €
	4 a 13 años	59,00 €	20,57 €	61,71 €	226,27 €
	1 padre abon.	48,00 €	16,45 €	49,34 €	180,92 €
	2 padres abon.	30,00 €	10,30 €	30,89 €	113,26 €
Juvenil	14 a 17 años	74,00 €	25,32 €	75,96 €	278,52 €
	1 padre abon.	59,00 €	20,25 €	60,74 €	222,70 €
	2 padres abon.	37,00 €	12,66 €	37,98 €	139,26 €
Adulto	18 a 64 años	92,00 €	31,65 €	94,95 €	348,16 €
(1) Jubilado-Pensionista	Mayor 65 años	46,00 €	15,84 €	47,53 €	174,26 €

** Excedencia del 50% a usuarios universitarios de octubre a junio.

*** 30% descuento familias numerosas sobre las tarifas expuestas.

**** Tarifa de jubilado-pensionista en función de los ingresos de acuerdo con los siguientes tramos:

Individual: Ingresos/mes:		Matrimonio: Ingresos/mes de la unidad familiar integrada por marido y mujer	
Hasta 600 €	50% cuota del adulto	Hasta 900 €	50% cuota del adulto
Desde 601 a 1.200 €	75% cuota del adulto	Desde 901 a 1.800 €	75% cuota del adulto
Más de 1.201 €	100% cuota del adulto	Más de 1.801 €	100% cuota del adulto

ABONOS TEMPORALES

- **Abono Verano:** Valido para la temporada de verano.
- **Abono Mes:** Utilización durante un mes natural desde la fecha en la que se obtiene el mismo.
- **10 Accesos Anuales:** Derecho a 10 accesos a lo largo de un año natural desde la fecha en la que se obtiene el mismo.

ABONOS TEMPORALES *		Verano	Mes (30días)	10 Accesos
Infantil	4 a 13 años	62.00 €	41,00 €	56,00 €
Juvenil	14 a 17 años	76,00 €	50,00 €	84,00 €
Adulto	18 a 64 años	95,00 €	64,00 €	112,00 €
Mayor 65	Mayor de 65 años	47,00 €	31,00 €	84,00 €

* Acceso a todas las instalaciones y equipamientos, sin descuento en act. deportivas y servicios.

** 30% descuento familias numerosas sobre las tarifas expuestas.