



activitats esportives

per a joves i adults

ANDORRA LA VELLA

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

Balls de saló (Samba, Txa-Txa, Batxata, Rock&Roll, Tango, Fox-trot, Pasodoble i Vals)	Nivell iniciació Dt. de 20.30 a 21.30 h Dc. de 20.30 a 21.30 h Dc. de 21.30 a 22.30 h Nivell intermedi / avançat Dl. de 20.30 a 21.30 h Dv. de 19.30 a 20.30 h	1 classe/setmana: 46 €/mes 2 classes/setmana: 64 €/mes 3 classes/setmana o més: 80 €/mes Matrícula: 30 €	Club de Ball Esportiu Serradells Tel. 378 009 club.serradells@gmail.com Inici: 9/09/24
Salsa	Nivell iniciació Dj. de 20.30 a 21.30 h Nivell intermedi / avançat Dj. de 21.30 a 22.30 h	Quota soci: 30 €/any Altres activitats: dinars, sopars, viatges i tallers de ball	
Batxata	Nivell iniciació Dt. de 20.30 a 21.30 h Nivell intermedi / avançat Dt. de 21.30 a 22.30 h		
Tango argentí	Nivell iniciació Dl. de 21.30 a 22.30 h Nivell intermedi / avançat Dt. de 21.30 a 22.30 h		
Latín Dance (ball individual)	Dl. i dv. de 19.30 a 20.30 h		
Swing Lindy Hop	Dt. i/o dj. de 20.30 a 21.30 h		
Entrenaments dirigits, pràctiques de Balls de saló i Tango	Dv. de 20.30 a 22 h		
Classes particulars	Horaris convinguts		

BOXA – CLUB ESPORTIU BOXA SERRADELLS

A partir de 14 anys	De dl. a dv. de 19.30 a 21 h	Adult: 43,62 €/mes (inclou abonament gimnàs) Jove: 29,62 €/mes (inclou abonament gimnàs) Abonats Serradells: 25 €/mes + No inclou Llicència federativa	Club Esportiu Boxa Serradells Jorge - tel. i whatsapp 360 109 boxingerradells@gmail.com
---------------------	------------------------------	--	--

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) andorracapoeira@hotmail.com Activitat oberta tot l'any
--------------------	------------------------	---	---

ESCACS – CENTRE D'ESCACS D'ANDORRA

Joves i adults	Dt. de 17.45 a 19.15 h – nivell mig (per a joves) Dc. de 18 a 20 h – classes per adults i senyors 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 centrescacsandorra@outlook.com www.escacsandorra.com Inici: 9/09/24
----------------	---	--	--

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 6 i les 20.30 h Cal fer reserva prèvia de les classes per la plataforma de reserves en línia	Abonament Individual Complet Adult Matrícula: 54 € - Quota: 67,40 €/mes (25% de descompte pels residents)	Centre Esportiu dels Serradells Tel. 378 090 activitats.serradells@comuandorra.ad www.andorralavella.ad Instagram Serradells
	Abonament Complet menors de 18 anys Matrícula: 32,40 € - Quota: 22,40 €/mes (25% de descompte pels residents)	
	Abonament Complet Sènior majors de 65 anys Matrícula: 32,40 € - Quota: 22,40 €/mes (100% de descompte pels residents)	
Activitat Fitness, a partir de 16 anys per a no socis Cal fer reserva prèvia de les classes trucant a recepció	Entrada d'ús puntual diària (inclou: classes dirigides de fitness, gimnàs de musculació i piscines) Entrada adult: 10,80 € Entrada jove i sènior: 6,40 € Bono 5 entrades adult: 43,30 € Bono 5 entrades jove / sènior: 32,40 € Bono 10 entrades adult: 81,10 € Bono 10 entrades jove / sènior: 54 € Bono 20 entrades estudiants (18 a 26 anys): 65 €	

GIMNÀSTICA ARTÍSTICA – CLUB ARTÍSTICA SERRADELLS

Joves i adults	Dt. de 19.30 a 20.30 h i dj. de 20.30 a 21.30 h A la sala de gimnàstica artística del Centre Esportiu dels Serradells	40 €/mes + 10 €/matrícula Es realitzarà l'activitat segons quòrum*	Club Artística Serradells Centre Esportiu dels Serradells Contacteu per correu electrònic a: artisticaserradells@gmail.com Inici: 10/09/24
----------------	--	---	---

NATACIÓ – CLUB NATACIÓ SERRADELLS

De 12 a 17 anys	Dl., dc. i dv. de 18 a 19.30 h Possibilitat de participar en competicions nacionals	120 €/trimestre Matrícula: 12 €/any Descompte 2n germà: 10% Descompte 3r germà: 50%	Club Natació Serradells Ariel - tel. 381 851 serradellsnatacio@gmail.com Piscina dels Serradells Inscripcions al web: http://reserves-serradells.depsite.net Inici: 16/09/24
Iniciació, a partir de 18 anys 4 inscrits per obrir grup	Dt. i dj. de 19.45 a 20.45 h Possibilitat d'obrir altres horaris amb una demanda de 4 persones	130 €/trimestre Matrícula: 6 €/any	
Perfeccionament, a partir de 18 anys	Dt. i dc. de 10 a 10.50 h		
Perfeccionament / Màsters	Dl., dt. i dj. de 19.45 a 21 h		
Classes particulars	Horari a concretar amb el monitor	41,80 €/classe 10% de descompte socis CNS	Club Natació Serradells Ariel - tel. 381 851 serradellsnatacio@gmail.com

NATACIÓ ARTÍSTICA – CLUB NATACIÓ SINCRONITZADA SERRADELLS

Màster	Dc. de 20 a 21 h	45 €/trimestre	Club Natació Sincronitzada Serradells Centre Esportiu dels Serradells sincroserradells@gmail.com Inici: 25/09/24
--------	------------------	----------------	--

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

Classes de preparació al part impartides per una llevadora MÈTODE AIPAP	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 Piscina dels Serradells Inici: activitat oberta tot l'any www.instagram.com/alaiguamares
--	--	------------------	--

KENDO, IAIDO I ESGRIMA JAPONESA – CLUB ANDORRÀ OKADA DOJO

Joves i adults	Pràctica de les disciplines d'esgrima japonesa, Kendo i iaïdo per a tots els nivells. Grups d'entrenament reduïts per a joves i adults. Horari: dimarts de 19.30 a 21.30 h Quota: 30 €/mes (reducció per a menors i socis del Centre Esportiu dels Serradells).	Club Andorra Okada Dojo Centre Esportiu dels Serradells Tel. 338 352 kendoandorra@gmail.com
----------------	---	---

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

A partir de 15 anys	Dt. i dj. de 19.30 a 20.30 h Alguna classe s'impartirà el dissabte	Matrícula: 20 € + 45 €/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: 17/09/24
---------------------	---	---	--

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

A partir de 15 anys	Dt. i dj. de 20.45 a 21.45 h Alguna classe s'impartirà el dissabte	Matrícula: 20 € + 45 €/mes (10 quotes de setembre a juliol) 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: 17/09/24
---------------------	---	---	---

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 2024: 195 €/any Quota 2024: 210 €/any	Club Andorrà de Tir de Precisió Tel. 860 972 catp@andorra.ad www.andorratir.org
--	--	--

TRIATLÓ – CLUB TRIATLÓ SERRADELLS ANDORRA

Activitat oberta tot l'any a partir de 14 anys	Dimarts natació de 18 a 19 h Dijous atletisme de 18 a 19 h Caps de setmana: 1 o 2 dissabte o diumenge / mes en horari matí de 10 a 12 h	50 €/any Aquest preu comprèn l'accés a la piscina dels Serradells i a l'Estadi comunal en els horaris indicats. Inclou una App amb carnet de club i entrenaments de triatló (3 disciplines).	info@triatlосerradellsandorra.com www.triatlосerradellsandorra.com
--	---	--	---

ACTIVITATS ESPORTIVES A LA SALA POLIVALENT

HAPKIDO – BAEK DU SAN

A partir de 16 anys	Dt. i dj. de 20.30 a 22 h Contacteu amb l'entitat per a informar-vos de les classes	Matrícula: 40 € Quota: 40 €/mes	BAEK DU SAN Agrupació d'hapkido i arts marciais Iban - tel. 649 588 ibanmirandahapkido@gmail.com Inici: 10/09/24
---------------------	--	------------------------------------	---

JUDO – CLUB JUDO HANTEI

De 15 a 20 anys	Dt. i dj. de 19.30 a 20.30 h Sala Polivalent	Matrícula 20 €/any Llicència federativa: 45 €/any Mensualitat: 28 €/mes (menors 14 anys) 33 €/mes (majors 14 anys) 1 classe 23 €	Club de Judo Hantei Sala Polivalent Tel. 339 137 - 339 962 eladjudo@gmail.com Tècnics: Eladi López (Cinturó negre 7è Dan) Joan C. Querència (Cinturó negre 6è Dan) Dani Garcia (Cinturó negre 5è Dan) Inici: 9/09/24
Competició	Dl. i dc. de 20.30 a 22 h		
Adults Manteniment	Dt. i dj. de 20.30 a 21.30 h		
A partir de 14 anys Defensa personal	Dl., dc. o dv. de 20.30 a 21.30 h		

KARATE – CLUB KARATE SHOTOKAN

A partir de 16 anys fins a senyors	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: 2/09/24
------------------------------------	--	---------------------------------	--

TAEKWONDO – TAEKWONDO CLUB ANDORRA

A partir de 18 anys fins a senyors	Dl., dc. i dv. de 20.30 a 21.30 h	33 €/mes + llicència federativa + 15 €/any quota soci	Taekwondo Club Andorra Juanjo - tel. 322 398 coach@fandtaekwondo.com Tècnics: Juanjo Padrós (cinturó negre 7è dan) Jessica Rovira (cinturó negre 4è dan) Inici: 9/09/24
Classe tècnica per a adults	Dt. i dj. de 20.30 a 21.30 h	37 €/mes + llicència federativa + 15 €/any quota soci	

ACTIVITATS ESPORTIVES A ALTRES UBICACIONS

AIKIDO – ASSOCIACIÓ ANDORRANA D'AIKIDO KOJORO DOJO INTERNACIONAL

A partir de 10 anys fins a senyors	Dt. i dj. de 20 a 21.30 h	Inscripció: 70 € Mensualitat: 65 €/mes (2 classes/setm.) 45 €/mes (1 classe/setm.) Inclou: material d'estudi, insígnia de la institució i llibreta d'estudiant	Associació Andorrana d'Aikido Kojoro Dojo Internacional Tel. 691 520 Sensei: Diego Alberrto Lozza associacioandorranaiikido@gmail.com www.aikidoandorra.com
------------------------------------	---------------------------	---	--

ESCOLA NÀUTICA – CLUB NÀUTIC D'ANDORRA

Expedició de titulacions nàutiques Cursos pràctics de navegació a vela	Club Nàutic d'Andorra - tel. 869 125 / 353 570 C/ de l'Alzinar, 7, baixos, Andorra la Vella De dilluns a divendres de 9 a 13 h 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 De dimarts a divendres de 15.30 a 20.30 h clubpirinenc@andorra.ad – www.cpa.ad – WhatsApp: 646470
--	--

KARATE 77 KYOKUSHIN-KI - KYOKUSHIN-DO

A partir de 17 anys fins a senyors	Dt. i dj. de 20 a 21.30 h	28 €/mes	Kyokushin-do C/ Tobira 22, Baixos Angel - tel. 355 405 sensei@kyokushinandorra.com Inici: 2/09/24
------------------------------------	---------------------------	----------	--

SIM RACING – ACA eSPORTS ACADEMY – AUTOMÒBIL CLUB D'ANDORRA

Classes grupals d'automobilisme digital per a principiants i professionals. El curs té com a objectiu formar pilots professionals d'automobilisme digital. Formació oberta durant tot l'any i a l'estiu es fan campus.			
Joves i adults	Dl., dc. i dv. de 18 a 20 h a la seu social de l'ACA CLUB Dt. i dc. i dj. de 18 a 20 h a la seu social de l'ACA CLUB Dl., dc. i dv. de 20 a 22 h a la seu social de l'ACA CLUB	- 95 €/mes Socis/sòcies ACA CLUB - 190 €/mes No socis/sòcies ACA CLUB (Durada curs escolar)	ACA eSports Sim Racing Babot Camp, 13, 3è Tel. 803 400 e_sports@aca.ad www.aca.ad Inici: 2/09/24

TRIAL – MOTO CLUB PIRINEU

Cursets d'Iniciació trial 2025 (inclou moto elèctrica i casc) Dimarts tarda (1 hora), preu 8 sessions: 180€ Curs iniciació primavera: 22 i 29/04, 6, 13, 20 i 27/05, 3 i 10/06 Curs iniciació tardor: 23 i 30/09, 7, 14, 21 i 28/10, 4 i 11/11 Cursets perfeccionament trial 2025 Dissabte matí (4 hores), preu 10 sessions: 200€ Curs perfeccionament primavera: 19 i 26/04, 3, 10, 17, 24 i 31/05, 7, 14 i 21/06 Curs perfeccionament tardor: 20 i 27/09, 4, 11, 18 i 25/10, 1, 8, 15 i 22/11	Moto Club Pirineu motoclubpirineu@gmail.com
--	---

VELA – FEDERACIÓ ANDORRANA DE VELA

Entrenaments i campus de vela per a joves i adults	Informació: de dilluns a divendres de 9 a 12 h al telèfon 366 675 - Mireia	Federació Andorrana de Vela vela@andorra.ad Inscripcions al web: http://www.andorravela.com/ Segueix-nos a Instagram
--	--	--

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	Quota anyal 1 pagament: 200 € 2 pagaments: 110 € + 110 €	Club Voleibol Andorra Tel. i WhatsApp: 656 668 - 687 697 cvandorra@gmail.com Facebook: Club Voleibol Andorra Inici: tercera setmana de setembre
--	---	--	--



Andorra
la Vella

Esports