

A woman with a braid, wearing a grey sports top, is shown from the side, leaning forward and lifting a black dumbbell with her right hand. The background is a blurred gym setting with wooden floors and overhead lights. The entire image is framed by a yellow border.

2025
2026

DEPORTES

Inscripciones CENTRO CULTURAL
centrocultural@ayto-sotodelreal.es

ALQUILER DE INSTALACIONES

Tipo de entradas	Edad	Precio/ Hora	Bono 10 horas
Campo de fútbol			
Adulto Fut-7	>30	30,00 €	270,00 €
Joven Fut-7	<30	15,00 €	100,00 €
Adulto Fut 11	>30	60,00 €	540,00 €
Joven Fut-11	<30	30,00 €	200,00 €
Entrada Luz	TODAS	10,00 €	
Entrada Luz	TODAS	20,00 €	
Polideportivo			
Adulto 1/2	>30	10,00 €	90,00 €
Joven 1/2	<30	6,00 €	40,00 €
Adulto Pista	>30	20,00 €	160,00 €
Joven Pista	<30	12,00 €	80,00 €
Entrada Luz	TODAS	10,00 €	
Pistas de Tenis y Pádel			
Consultar precios y condiciones en la página web: www.tenisypadelsoto.es			

Para el alquiler de Campo de Fútbol y Polideportivo ponerse en contacto con SMD (918480114) o Polideportivo (678631728)

ÍNDICE DE ACTIVIDADES DEPORTIVAS

Presentamos un programa anual de actividades deportivas municipales para todos los públicos. Todas las actividades aquí contenidas se regirán por lo dispuesto bien en las Condiciones Generales que podrán encontrar en el Servicio Municipal de Deportes, o bien por las Condiciones Particulares de cada uno de los clubes organizadores.

Actividades organizadas por el Servicio Municipal de Deportes

Con inscripción en el Centro Cultural:

- Iniciación Deportiva (infantil)
- Multideporte (infantil)
- Patinaje
- Bádminton

GIMNASIA FUNCIONAL

- Gimnasia suave
- Gimnasia de Mantenimiento
- Actívate senior
- Yoga
- Pilates suelo L-X

BAILE:

- Iniciación al baile infantil
- Baile moderno juvenil
- Bailes latinos
- Baile de salón
- Lindy-hop
- Flamenco
- Zumba

Con inscripción en la Piscina cubierta:

SALAS DEL GIMNASIO:

- Ciclo Indoor
- Escuela de Espalda
- Gim. Correctiva
- Pilates suelo y Yoga (viernes, 1 día)

PISCINA MUNICIPAL CUBIERTA:

- Aqua-Training, Aqua-Gym y Aqua-Fitness
- Natación activa
- Yoga acuático
- Matronatación
- Nat. Terapéutica
- Nat. Embarazadas y Pre o Post-Parto
- Otras tarifas y servicios
- Abonos municipales (gimnasio y/o piscina) y actividades combinadas

ACTIVIDADES ORGANIZADAS POR EL S.M.D

INICIACIÓN DEPORTIVA



Actividad que trabaja la motricidad general a través del juego, para el desarrollo de actividades lúdico deportivas en grupo, de cooperación y compañerismo.

ACTIVIDAD	EDAD	DÍAS	HORARIO	INSTALACIÓN	PRECIO
Iniciación deportiva	3 a 5 Años	M-J	16:30-17:15	CEIP. Chozas de la Sierra	50€/Trim

MULTIDEPORTE

Actividad lúdica donde iniciamos los primeros conocimientos de diferentes deportes tanto colectivos como individuales.



ACTIVIDAD	GRUPO	EDAD	DÍAS	HORARIO	INSTALACIÓN	PRECIO
Multideporte	1	6-12	M-J	16:30-17:30	CEIP. Chozas de las Sierra	50€/Trim

PATINAJE (LÍNEA Y ARTÍSTICO)



Actividad	Grupo	Edad	Días	Horario	Instalación	Precio
Patínaje en línea y artístico	G. 1- Infantil Iniciación- Intermedio	>5	L	16:45- 17:30	CEIP. Chozas de las Sierra	Infantil 30€/Trim
Patínaje artístico	G. 2- Infantil y juvenil Intermedio	>5	L	17:30- 18:30	CEIP. Chozas de las Sierra	Infantil 30€/Trim
Patínaje artístico	G. 3- Juvenil Intermedio- Avanzado	>5	L	18:30- 19:30	CEIP. Chozas de las Sierra	Juvenil 30€/Trim
Patínaje artístico	G. 4- Infantil Iniciación- Intermedio	>5	X	16:45- 17:30	CEIP. Chozas de las Sierra	Infantil 30€/Trim
Patínaje artístico	G. 5- Infantil y juvenil Inic- Intermedio	>5	X	17:30- 18:30	CEIP. Chozas de las Sierra	Infantil 30€/Trim
Patínaje artístico	G. 6- Juvenil Intermedio- Avanzado	>5	X	18:30- 19:30	CEIP. Chozas de las Sierra	Juvenil 30€/Trim

Grupos en función del nivel, a determinar por la profesora mediante prueba de nivel inicial.

NOTA: obligatorio el uso de casco y protecciones.

Se recomienda consultar a la profesora las características del material antes de comprarlo.



BÁDMINTON

Deportes de raqueta para mayores de 8 años muy divertida, dinámica y sencilla de aprender.

Apta para todos.



ACTIVIDAD	GRUPO		DÍAS	HORARIO	INSTALACIÓN	PRECIO
Bádminton Infantil	1	8-15	M-J	19:00-20:00	Polideportivo Municipal	50€/Trim
Bádminton Adulto	2	>16	M-J	20:00-21:00	Polideportivo Municipal	75€/Trim



GIMNASIA FUNCIONAL

Pretende dar a conocer una forma de hacer ejercicio saludable a la vez que aprendemos a cuidar la postura del cuerpo en nuestras situaciones cotidianas.



ACTIVIDAD	GRUPO	EDAD	DÍAS	HORARIO	INSTALACIÓN	PRECIO
Gimnasia Suave	2	>16	L-X	18:30-19:30	Prado Real	84€/Trim

GIMNASIA DE MANTENIMIENTO



Actividad para mayores de 16 años, cuyo objetivo es realizar un trabajo variado de actividad física para mejorar nuestra salud.

ACTIVIDAD	GRUPO	EDAD	DÍAS	HORARIO	INSTALACIÓN	PRECIO
Gimnasia Mantenimiento	1	>16	L-X-V	19:30-20:30	CEIP. Chozas de las Sierra	99€/Trim

ACTÍVATE SENIOR

Actividad suave dirigida a mayores de 60 años, que ayuda a tener una buena calidad de vida.

ACTIVIDAD	GRUPO	EDAD	DÍAS	HORARIO	INSTALACIÓN	PRECIO
Actívate Senior	G.1	>60	M-J	11:30 a 12:30h	Prado Real	36€/Trim



YOGA

Actividad destinada a mayores de 16 años.

Es una disciplina que trabaja tanto el aspecto físico como el mental y que aporta a los practicantes beneficios en su salud. Se trabaja realizando posturas sencillas acompañadas de una respiración armoniosa, lo que nos lleva a unos resultados de tranquilidad física y mental.

ACTIVIDAD	GRUPO	EDAD	DÍAS	HORARIO	INSTALACIÓN	PRECIO
Yoga	G. 1 General	>16	M-J	9:30- 10:30	Prado Real	84€/Trim
Yoga	G. 2 Inter- Avanzado	>16	M-J	10:30- 11:30	Prado Real	84€/Trim
Yoga	G. 3 Avanzado	>16	M-J	18:00- 19:00	Prado Real	84€/Trim
Yoga	G. 4 General	>16	M-J	19:00- 20:00	Prado Real	84€/Trim
Yoga	G. 5 Inter- Avanzado	>16	M-J	20:00- 21:00	Prado Real	84€/Trim
Yoga	G. 6 Avanzado 1	>16	V	11:30 - 12:30	Prado Real	45€/Trim
Yoga	G. 7 Avanzado 2	>16	V	19:00- 20:00	Prado Real	45€/Trim



PILATES SUELO

Actividad para mayores de 16 años. Es un sistema de acondicionamiento físico muy completo donde se trabaja el cuerpo como un todo, desde la musculatura más profunda a la más periférica. Intervienen cuerpo y mente.



Actividad	Grupo	Edad	Días	Horario	Instalación	Precio
Pilates	G. 1 Iniciación	>16	L-X	10:00- 11:00	Prado Real	84€/Trim
Pilates	G. 2 Iniciación	>16	L-X	11:00- 12:00	Prado Real	84€/Trim
Pilates	G. 3 Intermedio	>16	L-X	12:00- 13:00	Prado Real	84€/Trim
Pilates	G. 4 Iniciación	>16	L-X	17:00- 18:00	Prado Real	84€/Trim
Pilates	G. 5 Intermedio	>16	L-X	18:00- 19:00	Prado Real	84€/Trim
Pilates	G. 6 Iniciación	>16	L-X	19:00- 20:00	Prado Real	84€/Trim
Pilates	G.7 Iniciación	>16	L-X	20:00- 21:00	Prado Real	84€/Trim

A los grupos de nivel intermedio se accede mediante prueba de nivel

INICIACIÓN AL BAILE INFANTIL



ACTIVIDAD	GRUPO	CURSO NIVEL	DÍAS	HORARIO	LUGAR	PRECIO
Iniciación al baile moderno - ritmo	1	De 5 a 8 años	M-J	16:30 - 17:30	Prado Real	80€/trim

BAILE MODERNO

ACTIVIDAD	GRUPO	CURSO NIVEL	DÍAS	HORARIO	LUGAR	PRECIO
Baile moderno infantil	1	De 9 a 12 años	M-J	17:30 - 18:30	Prado Real	80€/trim



BAILES LATINOS

ACTIVIDAD	GRUPO	CURSO NIVEL	DÍAS	HORARIO	LUGAR	PRECIO
Latinos	1	>16 años	Viernes	18:00 - 19:30	Prado Real	75€/trim



BAILES DE SALÓN

ACTIVIDAD	GRUPO	CURSO NIVEL	DÍAS	HORARIO	LUGAR	PRECIO
Baile de salón	1	>16 años	Viernes	19:30-21h.	Prado Real	75€/ trim

LINDY-HOP

ACTIVIDAD	GRUPO	CURSO NIVEL	DÍAS	HORARIO	LUGAR	PRECIO
Swing Lindy-Hop	1	>16 años	Viernes	19:00-20:30h.	Prado Real	75€/ trim



FLAMENCO

ACTIVIDAD	GRUPO	CURSO NIVEL	DÍAS	HORARIO	LUGAR	PRECIO
Baile español y flamenco	1 iniciación	>16 años	Jueves	18:00 - 19:30	Prado Real	75€/trim
Baile español y flamenco	2 avanzado	>16 años	Jueves	19:00 - 20:30	Prado Real	75€/trim

ZUMBA FITNESS



ACTIVIDAD	GRUPO	CURSO NIVEL	DÍAS	HORARIO	LUGAR	PRECIO
Zumba Fitness	1	>16 años	M-J	19:30 - 20:30	Prado Real	80€/trim
Zumba Fitness	2	>16 años	M-J	20:30 - 21:30	Prado Real	80€/trim



5
2
2
6
2
0
2
0

PISCINA

Inscripciones

COMPLEJO DEPORTIVO PRADO REAL

infopiscina@ayto-sotodelreal.es

Teléfono 91 847 74 48

PISCINA MUNICIPAL CUBIERTA

Actividad	Grupo	Edad	Días	Horario	Instalación	Precio
ABONADO TOTAL	Infantil	5-17 años	Todos los días	Libre	PISCINA CUBIERTA COMPLEJO DEPORTIVO PRADO REAL	31,50€/mes
	Joven	18-23 años				36€/mes
	Adulto	>24 años				45€/mes
	Horario Valle	Todas	L a V	13:00-16:30		29,25€/mes
			S-D	Libre		
	Fin de Semana	Todas	Viernes, sábado y domingo	Viernes desde 15:00h		20€/mes
	Familiar	2AD + 1 menor 18 años	Todos los días	Libre		95€/mes
Familiar Especial	2AD + 2 o más menores 18 años	110€/mes				

ABONO TOTAL

ACCESO LIBRE A PISCINA, SALA FITNESS Y ACTIVIDADES DIRIGIDAS (SALVO ACTIVIDADES ESPECIALES CON CARGO) EN CUALQUIER DÍA Y HORARIO (SEGÚN MODALIDAD DE ABONO ELEGIDA): CICLO INDOOR, TOTAL TRAINING, ENTRENAMIENTO EN SUSPENSIÓN, HIPOPRESIVOS, POWER PUMP, PILATES, GAP, GARUDA, ZUMBA, ABDOMINALES, ESTIRAMIENTOS, ... SALA DE MUSCULACIÓN Y CARDIOVASCULAR.

Actividad	Grupo	Edad	Días	Horario	Instalación	Precio
ABONADO GIMNASIO	Infantil	<18 años	Todos los días	Libre	COMPLEJO DEPORTIVO PRADO REAL	23,10€/mes
	Joven	18-23 años				26,40€/mes
	Adulto	>24 años				33€/mes
	Horario Valle	Todas	L a V S-D	13:00-16:30 Libre		21,45€/mes

ABONO GIMNASIO

ACCESO LIBRE A GIMNASIO Y ACTIVIDADES DIRIGIDAS EN SALA (SALVO ACTIVIDADES ESPECIALES CON CARGO) EN CUALQUIER DÍA Y HORARIO (SEGÚN MODALIDAD DE ABONO ELEGIDA): CICLO INDOOR, TOTAL TRAINING, ENTRENAMIENTO EN SUSPENSIÓN, HIPOPRESIVOS, POWER PUMP, PILATES, GAP, GARUDA, ZUMBA, ABDOMINALES, ESTIRAMIENTOS, ... SALA DE MUSCULACIÓN Y CARDIOVASCULAR.

CICLISMO INDOOR

Actividad musical en grupo, dirigida por monitor, y realizada sobre una bicicleta especialmente diseñada, a un ritmo determinado, y en la que se efectúa un trabajo predominantemente cardiovascular y de tonificación.

Actividad	Grupo	Edad	Días	Horario	Instalación	Precio
Ciclo Indoor	1	>14	L-X	10:30-11:30	Complejo Deportivo Prado Real	84€/Trim.
Ciclo Indoor	2	>14	M-J	19:30-20:30	Complejo Deportivo Prado Real	84€/Trim.

La inscripción en esta actividad no requiere de la condición de ser abonado en la instalación y posibilita el acceso a duchas y vestuarios además de la reserva de plaza.



ESCUELA DE ESPALDA

Actividad destinada a la corrección postural del alumno y al tratamiento de lesiones de espalda. Mejora la movilidad articular, potencia la musculatura esquelética y trabaja el sistema cardiovascular.

Actividad	Grupo	Edad	Días	Horario	Instalación	Precio
Escuela de Espalda	1	>14	L-X	10:15-11:15	Salón Prado Real	84€/Trim.
Escuela de Espalda	2	>14	M-J	18:30-19:30	Salón Prado Real	84€/Trim.
Escuela de Espalda	3	>14	V	11:15-12:15	Salón Prado Real	45€/Trim.

La inscripción en esta actividad no requiere de la condición de ser abonado en la instalación y posibilita el acceso a duchas y vestuarios además de la reserva de plaza.

GIMNASIA CORRECTIVA

Pretende dar a conocer una forma de hacer ejercicio saludable a la vez que aprendemos a cuidar la postura del cuerpo en nuestras situaciones cotidianas.

Actividad	Grupo	Edad	Días	Horario	Instalación	Precio
Gimnasia Correctiva	1	>16	M-J	10:15-11:15	Salón Prado Real	84€/Trim.

La inscripción en esta actividad no requiere de la condición de ser abonado en la instalación y posibilita el acceso a duchas y vestuarios además de la reserva de plaza.

PILATES SUELO

Actividad para mayores de 16 años. Es un sistema de acondicionamiento físico muy completo donde se trabaja el cuerpo como un todo, desde la musculatura más profunda a la más periférica. Intervienen cuerpo y mente

Actividad	Grupo	Edad	Días	Horario	Instalación	Precio
Pilates	1	>16	V	10:30-11:30	Complejo Deportivo Prado Real	45€/Trim.
Pilates	2 Avanzado	>16	V	18:00-19:00	Complejo Deportivo Prado Real	45€/Trim.

NATACIÓN - ACTIVIDADES

DIRIGIDAS EN AGUA

Actividad	Grupo	Edad	Días	Horario	Instalación	Precio
Natación	Benjamines	3-8 años	1 o 2 días/semana	Según grupos	PISCINA CUBIERTA COMPLEJO DEPORTIVO PRADO REAL	(1 día/mes) 45€/Trim
	Infantil	9-17 años	1 o 2 días/semana	Según grupos		(2 días/mes) 75€/Trim
	Adulto	>18 años	1 o 2 días/semana	Según grupos		
Bono 10 baños*	Baño libre	Todas	Libre	Libre		40€
Bono 20 baños*	Baño libre	Todas	Libre	Libre		70€
Abonado Piscina	Infantil	>18 años	Todos los días	Libre		23,10€/mes
	Joven	18-23 años	Todos los días	Libre		26,40€/mes
	Adulto	>24 años	Todos los días	Libre	33€/mes	
	Horario Valle	Todas		L-V	13:00-16:30	21,45€/mes
				S-D	Libre	

ABONO PISCINA

ACCESO LIBRE A PISCINA EN CUALQUIER DÍA Y HORARIO (SEGÚN MODALIDAD DE ABONO ELEGIDA)

AQUA-TRAINING, AQUA-GYM Y AQUA-FITNESS

Actividades acuáticas musicales adaptadas a la edad que aprovecha las cualidades físicas del medio acuático para conseguir un gran trabajo aeróbico y de tonificación muscular.

Actividad	Grupo	Edad	Días	Horario	Instalación	Precio
Aquagym	1	>14	L-X	9:30-10:30	Complejo Deportivo Prado Real	84€/Trim
Aquagym	2	>14	L-X	10:30-11:30	Complejo Deportivo Prado Real	84€/Trim
Aquagym	3	>14	M-J	9:15-10:15	Complejo Deportivo Prado Real	84€/Trim
Aquagym	4	>14	M-J	10:15-11:15	Complejo Deportivo Prado Real	84€/Trim
Aquagym	5	>14	V	9:30-10:30	Complejo Deportivo Prado Real	45€/Trim
Aquagym	6	>14	V	10:30-11:30	Complejo Deportivo Prado Real	45€/Trim
Aqua-fitness	1	>14	M-J	19:15-20:00	Complejo Deportivo Prado Real	63€/Trim
Aqua-training	1	>14	L-X	13:30-14:15	Complejo Deportivo Prado Real	63€/Trim
Aqua-training	2	>14	L-X	20:30-21:15	Complejo Deportivo Prado Real	63€/Trim
Aqua-training	3	>14	M-J	13:30-14:15	Complejo Deportivo Prado Real	63€/Trim

La inscripción en esta actividad no requiere de la condición de ser abonado en la instalación, y posibilita el acceso a duchas y vestuarios además de la reserva de plaza.



NATACIÓN ACTIVA

Actividad	Grupo	Edad	Días	Horario	Instalación	Precio
Natación Activa	1	>14	M-J	19:45-20:45	Complejo Deportivo Prado Real	84€/Trim.
Natación Activa	2	>14	V	13:30-14:30	Complejo Deportivo Prado Real	45€/Trim.

La inscripción en esta actividad no requiere de la condición de ser abonado en la instalación, y posibilita el acceso a duchas y vestuarios además de la reserva de plaza.



MATRONACIÓN

Actividad lúdica para bebés que busca la estimulación acuática del bebé por medio de una serie de juegos y tareas que le permitan aprender a desenvolverse en el medio acuático en compañía de uno de sus padres.

Actividad	Grupo	Edad	Días	Horario	Instalación	Precio
Matronación	1	4 a 12 meses	V	15:30-16:00	Complejo Deportivo Prado Real	60€/Trim
Matronación	2	4 a 18 meses	V	16:00-16:30	Complejo Deportivo Prado Real	60€/Trim
Matronación	3	18 a 36 meses	V	16:30-17:00	Complejo Deportivo Prado Real	60€/Trim
Matronación	4	18 a 36 meses	S	10:30-11:00	Complejo Deportivo Prado Real	60€/Trim
Matronación	5	12 a 24 meses	S	11:00-11:30	Complejo Deportivo Prado Real	60€/Trim
Matronación	6	4 a 12 meses	S	11:30-12:00	Complejo Deportivo Prado Real	60€/Trim
Matronación	7	18 a 36 meses	S	12:00-12:30	Complejo Deportivo Prado Real	60€/Trim
Matronación	8	12 a 24 meses	S	12:30-13:00	Complejo Deportivo Prado Real	60€/Trim



NATACIÓN TERAPÉUTICA

Actividad que aprovecha las cualidades físicas del medio acuático para conseguir un gran trabajo correctivo y preventivo sobre la salud.

Actividad	Grupo	Edad	Días	Horario	Instalación	Precio
Natación Terapéutica	1 Medio*	>14	L-X	11:30-12:30	Complejo Deportivo Prado Real	84€/Trim
Natación Terapéutica	2 Inicio	>14	L-X	12:30-13:30	Complejo Deportivo Prado Real	84€/Trim
Natación Terapéutica	3 Avanzado*	>14	L-X	18:30-19:30	Complejo Deportivo Prado Real	84€/Trim
Natación Terapéutica	4 Inicio	>14	L-X	19:30-20:30	Complejo Deportivo Prado Real	84€/Trim
Natación Terapéutica	5 Avanzado*	>14	M-J	11:30-12:30	Complejo Deportivo Prado Real	84€/Trim
Natación Terapéutica	6 Inicio	>14	M-J	12:30-13:30	Complejo Deportivo Prado Real	84€/Trim
Natación Terapéutica	7 Medio*	>14	V	12:30-13:30	Complejo Deportivo Prado Real	45€/Trim

A los grupos de nivel Medio y Avanzado se accede mediante prueba de nivel

NATACIÓN PARA EMBARAZADAS: PRE Y POSTPARTO

Actividad dirigida a embarazadas o mamis recientes (a partir de la 6ª a 8ª semana del parto) en la que se realizan ejercicios suaves y adaptados en agua. Ayuda a mantener la condición física, relaja las tensiones propias del embarazo y postparto, favorece la circulación, y ayuda en la preparación/recuperación del parto.

Actividad	Grupo	Edad	Horario *	Instalación	Precio
Natación Embarazadas	1	>16	L-X 19:30-20:30	Complejo Deportivo Prado Real	28€/Mes
Natación Embarazadas	2	>16	M-J 12:30-13:30	Complejo Deportivo Prado Real	28€/Mes

OTRAS TARIFAS Y SERVICIOS

Actividad	Precio
Entrada diaria (Piscina y Gimnasio) INFANTIL (5-17 años)	3,50 €
Entrada diaria (Piscina y Gimnasio) ADULTO (>18 años)	5,00 €
Entrada día: asociaciones y clubes (con condiciones acordadas con el Ayuntamiento)	3,00 €/per
Abono 10 entradas diarias (PISCINA + GIMNASIO)	40,00€
Abono 20 entradas diarias (PISCINA + GIMNASIO)	70,00€
Entrenamiento Personal (1 sesión)	30,00 €
Entrenamiento Personal (Bono 3 sesiones)	85,50 €
Entrenamiento Personal (Bono 5 sesiones)	139,50 €
Entrenamiento Personal (Bono 10 sesiones)	270,00 €
Entrenamiento Personal "DUO" (1 sesión)	45,00 €
Entrenamiento Personal "DUO" (Bono 3 sesiones)	135,00 €
Entrenamiento Personal "DUO" (Bono 5 sesiones)	220,00 €
Entrenamiento Personal "DUO" (Bono 10 sesiones)	420,00 €
Alquiler calle piscina	50,00 €
Alquiler calle Colegios, Centros Educativos, Asociaciones, Clubes (sin monitor)	20,00 €
Alquiler calle Colegios, Centros Educativos, Asociaciones, Clubes (con monitor)	40,00 €
Intensivo Natación Infantil 3-17 (5 días/semana) Quincena	35,00 €
Intensivo Natación Adulto >18 (5 días/semana.) Quincena	40,00 €

Todos los precios reflejados son válidos para empadronados con Cuota de Socio en vigor.
Consultar resto de cuotas y descuentos para mayores de 65 años y discapacitados empadronados en el municipio según Ordenanza Municipal.

ABONOS MUNICIPALES

ACTIVIDADES COMBINADAS

Combina tu actividad municipal favorita de **deportes, cultura y educación** con el uso de la piscina y/o gimnasio a un precio bonificado.

SUPER ABONO MUNICIPAL ACTIVIDADES						
Actividad	Grupo	Edad	Días Gimnasio y Piscina	Horario Gimnasio y Piscina	Instalación	Precio
Actividad municipal + Gimnasio + piscina	Infantil	<18 años	Todos los días	Libre	COMPLEJO DEPORTIVO PRADO REAL	25€/mes + ACTIVIDAD
	Adulto	>18 años				30€/mes + ACTIVIDAD

SUPER ABONO MUNICIPAL ACTIVIDADES						
Actividad	Grupo	Edad	Días Gimnasio y Piscina	Horario Gimnasio y Piscina	Instalación	Precio
Actividad municipal + Piscina	Infantil	<18 años	Todos los días	Libre	COMPLEJO DEPORTIVO PRADO REAL	15€/mes + ACTIVIDAD
	Adulto	>18 años				20€/mes + ACTIVIDAD

SUPER ABONO MUNICIPAL ACTIVIDADES						
Actividad	Grupo	Edad	Días Gimnasio y Piscina	Horario Gimnasio y Piscina	Instalación	Precio
Actividad municipal + Gimnasio	Infantil	<18 años	Todos los días	Libre	COMPLEJO DEPORTIVO PRADO REAL	15€/mes + ACTIVIDAD
	Adulto	>18 años				20€/mes + ACTIVIDAD

A close-up photograph of two hands, one from a darker-skinned person and one from a lighter-skinned person, clasped together in a firm grip. The hands are positioned on a dark, textured surface, possibly a piece of fabric or a mat. The background is dark and out of focus. The overall image is framed by a bright yellow border.

2025
2026

CLUBES DEPORTIVOS

ÍNDICE DE ACTIVIDADES DEPORTIVAS

Actividades organizadas por Clubes

Deportivos Municipales

(subvencionados por el Ayto. de Soto del Real)

- Artes Marciales y deportes de contacto:
 - Karate, Ku Koryu-uchinadi (defensa personal), competición y Kobudo, MMA-Kuz. (Tanden Karate Club)
 - Chi Kung / Tai Chi (Tai Chi Soto del Real)
 - Hapkido, taekwondo (Club Villa de Madrid).
- Baloncesto (Piratas Soto Basket)
- Escalada y Montaña (Club Canto Berrueco)
- Fútbol (Club de Fútbol Rec. Soto del Real)
- Gimnasia Rítmica (Club Gim. Rítmica Soto del Real)
- Marcha Nórdica (NW la Maliciosa)
- Pádel (Club de Pádel Soto del Real)
- Tenis (Club de Tenis Soto del Real)
- Tiro con Arco (Club Arcosoto)
- Voleibol (Club Voleibol Soto)
- Rugby (SRRC)
- Escalada y montaña (S.A.D. ROCO-SOTO)
- Ajedrez (Club Sierra Norte)
- Circo (Bambolea)
- Baile (Club La Sierra Baila)
- Hípica (Club Hípico El Soto)
- Escuela de ciclismo: Mountain Bike (Emedoce)

ARTES MARCIALES Y DEPORTES DE CONTACTO

TANDEN KARATE CLUB SOTO DEL REAL /

KORYUKAN MADRID

Teléfonos 622436750 - 674826819 (Jesús Espiga)

Email: koryukanmadrid@gmail.com

Website: www.koryukanmadrid.com



KARATE

ACTIVIDAD	GRUPO	EDAD	DÍAS	HORARIO	INSTALACIÓN	PRECIO
Karate	G. 1A Iniciación	5 a 10	L-X	17:30-18:30	CEIP. Virgen del Rosario	Consultar club
Karate	G. 1B Iniciación	5 a 10	L-X	18:30-19:30	CEIP. Virgen del Rosario	Consultar club
Karate	G. 2 Cadete	10 a 15	L-X	19:30-20:30	CEIP. Virgen del Rosario	Consultar club
Karate	G. 3 Adulto	>16	L-X	20:30-22:00	CEIP. Virgen del Rosario	Consultar club

KU KORYU-UCHINADI (DEFENSA PERSONAL)

ACTIVIDAD	GRUPO	EDAD	DÍAS	HORARIO	INSTALACIÓN	PRECIO
Ku Koryu-Uchinadi	G. 1	>16	S	11:30-13:30	CEIP. Virgen del Rosario	Consultar club

COMPETICIÓN Y KOBUDO

ACTIVIDAD	GRUPO	EDAD	DÍAS	HORARIO	INSTALACIÓN	PRECIO
Kobudo	G. 1	>16	V	20:00-21:00	CEIP. Virgen del Rosario	Consultar club

MMA - KU2 (INICIO DEPORTES DE COMBATE)

ACTIVIDAD	GRUPO	EDAD	DÍAS	HORARIO	INSTALACIÓN	PRECIO
MMA-KU2	G. 1		M-J	20:30-22:00	CEIP. Virgen del Rosario	Consultar club

CHI KUNG / TAI CHI

TAI CHI SOTO DEL REAL

Más información en el teléfono **675 26 34 54**

Email: wutancolmenar@gmail.com

ACTIVIDAD	GRUPO	EDAD	DÍAS	HORARIO	INSTALACIÓN	PRECIO
Tai Chi	G.1	>16	L-X	19:30-21:00	Prado Real	Consultar club
Tai Chi	G.2*	>16	V	9:30-11:00	Prado Real	Consultar club
Tai Chi	G.3**	>16	X-V	9:30-11:00	Prado Real	Consultar club

**Del 1 de septiembre al 30 de junio // **Durante el mes de julio*

HAPKIDO

CLUB VILLA DE MADRID

Más información en el teléfono **665838620**

(José Díaz)

Email: c.d.villademadrid@gmail.com

Website: www.cdwillademadrid.com



ACTIVIDAD	GRUPO	EDAD	DÍAS	HORARIO	INSTALACIÓN	PRECIO
Hapkido	G. 1	>13	M-J	20:30-21:30	CEIP. Virgen del Rosario	Consultar club
Hapkido	G. 2	>13	M-J	21:30-22:30	CEIP. Virgen del Rosario	Consultar club

TAEKWONDO

ACTIVIDAD	GRUPO	EDAD	DÍAS	HORARIO	INSTALACIÓN	PRECIO
Taekwondo	G. 1	4-9	M-J	17:30-18:30	CEIP. Virgen del Rosario	Consultar club
Taekwondo	G. 2	9-13	M-J	18:30-19:30	CEIP. Virgen del Rosario	Consultar club
Taekwondo	G. 3	Adultos	M-J	19:30-20:30	CEIP. Virgen del Rosario	Consultar club

BALONCESTO

CLUB PIRATAS SOTO BASKET

Más información en el teléfono **918478682** o **696980007**

(Jordi) más información

Email: **clubpsbasket@gmail.com** Website:

www.piratassotobasket.com



ACTIVIDAD	GRUPO	AÑO NACI	DÍAS	HORARIO	INSTALACIÓN	PRECIO
Baloncesto	Baby Basket	20-21	L-X	16:30-17:30	Polideportivo municipal	Consultar Club
Baloncesto	Prebenj. Mixto	18-19	M-J-V	16:30-18:00	Polideportivo municipal	
Baloncesto	Benj.- alevín Fem.	14-17	M-J-V	16:30-18:00	Polideportivo municipal	
Baloncesto	Benj. Masc.	16-17	L-X-V	16:30-18:00	Polideportivo municipal	
Baloncesto	Alevín Masc.	14-15	L-X-V	16:30-18:00	Polideportivo municipal	
Baloncesto	Pre-Inf. Masc.	2013	L-X-V	16:30-18:00	Polideportivo municipal	
Baloncesto	Inf. Masc.	2012	L-X-V	18:00-19:30	Polideportivo municipal	
Baloncesto	Inf. Fem.	12-13	L-M-J	18:00-19:30	Polideportivo municipal	
Baloncesto	Pre-Cadete Masc.	2011	L-X-V	18:00-19:30	Polideportivo municipal	
Baloncesto	Cadete Masc.	2010	L-X-V	19:30-21:00	Polideportivo municipal	
Baloncesto	Cadete Fem.	10-11	L-M-J	19:30-21:00 20:00-22:00	Polideportivo municipal	
Baloncesto	Junior Masc.	08-09	L-X-V	Consultar club	Polideportivo municipal	
Baloncesto	Junior Fem.	08-09	L-M-J	19:30-21:00 20:00-22:00	Polideportivo municipal	
Baloncesto	Sub 22 Masc.	04-07	L-X-V	21:00-22:30	Polideportivo municipal	
Baloncesto	Senior Masc.		L-X-V	21:00-22:30	Polideportivo municipal	

ˆCategorías y equipos masculinos y femeninos.

FÚTBOL

RECREATIVO SOTO DEL REAL C.F

Más información en el teléfono **650904951** (Pechi)

Email: coordinador@recresoto.com o info@recresoto.com, Website: www.recresoto.com

ACTIVIDAD	GRUPO	AÑO NAC.	DÍAS	HORARIO	INSTALACIÓN	PRECIO
Fútbol	Chupetines	2020-2021	M-J	17:00-18:00	Campo deportivo "Amancio Amaro"	Consultar Club
Fútbol	Prebenjamín	2018-2019	M-J	17:00-18:00	Campo deportivo "Amancio Amaro"	
Fútbol	Benjamín	2016-2017	L-X	17:00-18:00	Campo deportivo "Amancio Amaro"	
Fútbol	Alevín Fút-7 Alevín Fút-11	2014-2015 2014	L-X	17:00-18:00 18:00-19:00	Campo deportivo "Amancio Amaro"	
Fútbol	Infantil B Infantil A	2012-2013	M-J	17:00-18:15 18:00-19:15	Campo deportivo "Amancio Amaro"	
Fútbol	Cadetes	2010-2011	L-X	19:00-20:15	Campo deportivo "Amancio Amaro"	
Fútbol	Juveniles	2007-2009	L-X	20:15-21:30	Campo deportivo "Amancio Amaro"	
Fútbol	Senior Masculino	2006 y anterior	M-J V	21:00-22:30 20:00-21:00	Campo deportivo "Amancio Amaro"	
Fútbol	Infantil Femenino	2012-2017	L-X	18:00-19:00	Campo deportivo "Amancio Amaro"	
Fútbol	Juvenil Femenino	2007-2011	M-J	19:00-20:00	Campo deportivo "Amancio Amaro"	
Fútbol	Senior Femenino	2006 y anterior	L-M V	20:00-21:00 20:00-21:00	Campo deportivo "Amancio Amaro"	



GIMNASIA RÍTMICA

CLUB GIMNASIA RÍTMICA SOTO DEL REAL

Más información en el teléfono 608678142 (Sara)

Email:cgrsotodelreal@gmail.com



ACTIVIDAD	GRUPO	EDAD	DÍAS	HORARIO	INSTALACIÓN	PRECIO
Gimnasia Rítmica	Competición 1	>7	M	18:45-20:15	Polideportivo municipal / CEIP. Chozas de la Sierra	Consultar club
			J	18:30-20:30		
Gimnasia Rítmica	Competición 2	>7	M	18:45-20:15	Polideportivo municipal / CEIP. Chozas de la Sierra	Consultar club
			J	18:30-20:30		
			V	18:00-19:00		
Gimnasia Rítmica	Escuela 1	>4	M	17:30-18:30	CEIP. Chozas de la Sierra	Consultar club
Gimnasia Rítmica	Escuela 2	>4	V	16:30-17:30	CEIP. Chozas de la Sierra	Consultar club
Gimnasia Rítmica	Escuela 3	>4	V	17:30-18:30	CEIP. Chozas de la Sierra	Consultar club

Los grupos y horarios podrán ser modificados en función de la demanda

MARCHA NÓRDICA

NORDIC WALKING LA MALICIOSA

Más información en el teléfono **666514953** o **661915118**

Email: nwmaliciosa@hotmail.com Blog: **Club Nórdic Walking La Maliciosa**

ACTIVIDAD	GRUPO	EDAD	DÍAS	HORARIO	INSTALACIÓN	PRECIO
M. Nórdica	G.1	>18	L-X	9:30-11:30	Consultar Club	Consultar Club
M. Nórdica	G.2	>18	M-J	10:30-11:30 19:00-20:30		
M. Nórdica	Iniciación	>18	2ºSábado de mes	10:30-13:00		
M. Nórdica	Salidas	>18	1er Domingo de mes	10:00-13:00		



Los grupos siempre se dividen en dos en función de la forma física de los alumnos/as.

PÁDEL

CLUB DE PÁDEL SOTO DEL REAL

Más información en el teléfono **630475072** (Ricardo)

Email: rickyapadel@gmail.com

Website: www.tenisypadelso.to.es



ACTIVIDAD	GRUPO	EDAD	DÍAS	HORARIO	INSTALACIÓN	PRECIO
Pádel	Tarde	>5	L-X M-J V	17:00-22:00	Pistas de Pádel Municipales	Consultar Club
Pádel	Mañana	>5	L-X M-J V	9:00-13:00	Pistas de Pádel Municipales	
Pádel	Fin de semana	>5	S-D	10:00 - 13:00	Pistas de Pádel Municipales	

TENIS

CLUB DE TENIS SOTO DEL REAL

Más información en el teléfono **609009300** (Eduardo)

Email: direccion@tenisypadelso.es

Website: www.tenisypadelso.es



INFANTIL

NIVEL DE JUEGO	1 DÍA SEMANA	2 DÍAS SEMANA	TIEMPO DE CLASE-DÍA
Iniciación 7-8 alumnos	18€/mes	25€/mes	1 hora
Medio 5-6 alumnos	24€/mes	35€/mes	1 hora
Perfeccionamiento 5-6 alumnos	32€/mes	49€/mes	1,30 horas
Competición 3-4 alumnos	44€/mes	68€/mes	1,30 horas

ADULTOS

ADULTOS	1 DÍA SEMANA	2 DÍAS SEMANA	TIEMPO DE CLASE-DÍA
5-6 alumnos	24€/mes	35€/mes	60 min.
3-4 alumnos	33€/mes	49€/mes	60 min.
5-6 alumnos	33€/mes	49€/mes	90 min.
3-4 alumnos	44€/mes	68€/mes	90 min.

Precios para abonados del Club - No abonados incremento de 5€ al mes sobre tarifa.

El pago de la cuota será trimestral - Los precios incluyen IVA - Se darán 22 clases por trimestre

CLASE PARTIDO	CLASES MONOGRÁFICAS (EJ. MEJORA SERVICIO)				
Jugador/hora - 1 alumno	25 €	Abonado 20€	Jugador/hora 3 alumnos	8 €	Abonado 7€
Jugador/hora - 3/4 alumnos	7 €	Abonado 6€	Jugador/hora 4 alumnos	7 €	Abonado 6€
Clases particular individual					
Jugador/hora - 1 alumno	25 €		Abonado 20€		

TIRO CON ARCO

CLUB ARCOSOTO

Más información a través del email:

arcosotoescuela@gmail.com o arcosoto1@hotmail.com

Website: www.arcosoto.es



ACTIVIDAD	GRUPO	EDAD	DÍAS	HORARIO	INSTALACIÓN	PRECIO
Tiro con Arco	G. 1	>9	S-D	Consultar Club	Campo Municipal de Tiro	80€/Trim (<14)
	G. 2					120€/Trim (>14)

Los grupos se realizan en función de la demanda.



VOLEIBOL

CLUB VOLEIBOL SOTO

Más información en el teléfono **663402081** o a través del email: clubvoleibolsoto@gmail.com

ACTIVIDAD	GRUPO	EDAD	INSTALACIÓN	PRECIO
Voleibol	Alevín	7 a 11	Consultar Club	Consultar Club
Voleibol	Infantil-Cadete	12 a 15		
Voleibol	Juvenil	16 a 18		
Voleibol	Senior Msc.	>18		
Voleibol	Senior Fem.	>18		

RUGBY

CLUB DE RUGBY SRRC



Más información a través del email: info@sotodelrealrugbyclub.com

Website: www.sotodelrealrugbyclub.com

ACTIVIDAD	GRUPO	DÍAS	HORARIO	INSTALACIÓN	PRECIO
Rugby	Femenino	M-V	19:00-20:30/ 19:00-21:00	Campo deportivo "Amancio Amaro"	Consultar Web del Club Rugby
Rugby	Sénior	M-J-V	20:00-21:30(M-J) 21:00-22:30 (V)		
Rugby	Sub-18	M-J-V	20:00-21:30(M-J) 21:00-22:30 (V)		
Rugby	Sub-16	X-V	19:00-20:30/ 19:00-21:00		
Rugby	Sub-14	X-V	19:00-20:30/ 19:00-21:00		
Rugby	Sub-12	X-V	19:00-20:00/ 17:30-18:30		
Rugby	Sub-10	X-V	19:00-20:00/ 17:30-18:30		
Rugby	Sub-8	V	17:30-18:30		
Rugby	Sub-6	V	17:30-18:30		

ESCALADA Y MONTAÑA

ASOCIACIÓN SIERRA NORTE – S.A.D. ROCO-SOTO

ENTRENAMIENTO LIBRE Y DIRIGIDO - CLASES DE ESCALADA

Información e Inscripciones: inforocosoto@gmail.com / Tel. 600491933

Un año más, desde la Asociación Sierra Norte y S.A.D. ROCO-SOTO os proponemos diferentes programas que nos permiten adaptar nuestras actividades a todas las edades.

Para participar en cualquiera de ellas es necesario estar **inscrito en la Asociación Sierra Norte** (cuota anual 15€) y tener la **Licencia Federativa tramitada a través de Roco-Soto** (dcto por hermanos y familias numerosas).

1.Programa “The Mountain School”: dirigido a niñ@s **entre 5 y 12 años**. Estas son algunas de las actividades que proponemos: marcha nórdica (febrero), escalada deportiva en la Pedriza (marzo), piraguas (abril), aventura con cuerdas (mayo), campamento multiaventura (junio y septiembre), escalada en bloque (octubre), gimkana de orientación (noviembre)... y el precio aproximado de cada una de ellas es de 20€ (excepto campamentos multiaventura).

2.Programa “Tecnificación de Escalada”, dirigido a jóvenes **a partir de 14 años**. El objetivo de este programa es que los chavales aprendan técnicas de escalada para poder practicar este deporte con total seguridad y conocimiento. Precio trimestre: 50€.

3.El programa de “Tecnificación de Senderismo” está orientado a chavales **a partir de 11 años** para que aprendan a valerse en la montaña, planificar sus rutas, orientación y técnicas de supervivencia básica además de descubrir nuestro entorno, sus sendas, fauna y flora. Este programa incluye un total de nueve salidas incluyendo una pernocta en refugio y/o vivac. Precio trimestre: 50€.

¡Estamos deseando que vengas a divertirme y aprender con nosotros!





ESCALADA Y MONTAÑA

CLUB CANTO BERRUECO

Más información en el teléfono **638127113**

Email: **infocantoberrueco@gmail.com** Website:

www.cantoberrueco.com

CUOTAS PARA APUNTARSE AL CLUB CANTO BERRUECO

Cuota para asociarse al Club`	10€/año
-------------------------------	---------

*Para ser socio es necesaria la licencia federativa de montaña (LF)	LF a elegir
---	-------------

ENTRENAMIENTO ESCALADA LIBRE (ROCÓDROMO INTERIOR Y EXTERIOR)

Actividad	Grupo	Edad	Días	Horario`	Instalación	Precio
ESCALADA LIBRE	11	>16	L-X	10:00-12:00	SALA BOULDER Y VÍAS DE ESCALADA	40€
		>16	M-J	11:00-13:00		
		>16	L-J	20:30-22:30		
		>16	V	17:00-22:30		
		>16	S-D	9:00-22:30		

* HORARIO ROCO EXTERIOR: * El horario de acceso es el de apertura del polideportivo. *Durante el periodo de clases organizadas por la escuela del club, ésta tendrá prioridad en el uso del rocódromo exterior o interior. No obstante, tras consultar con el profesor de las clases podrá usarse el rocódromo (exterior o interior) que quede disponible atendiendo a sus indicaciones.*FEDERADOS SIN EL CLUB: En caso de no federarse con el Club Canto Berrueco se deberá abonar un extra de 20€ anuales para asociarse y poderse beneficiar de los servicios ofertados.

ENTRENAMIENTO ESCALADA DIRIGIDO + ENTRENAMIENTO LIBRE

Clases	1	>17	L-X	09:30-10:30	SALA BOULDER Y VÍAS DE ESCALADA	95€/ trim.+ LF
Clases	2	4-7	L-X	17:00-17:45		75€/ trim.+ LF
Clases	3	8-10	L-X	17:45-18:30		75€/ trim.+ LF
Clases	4	11-17	L-X	18:30-19:30		95€/ trim.+ LF
Clases	5	>17	M-J	19:30-20:30		95€/ trim.+ LF
Clases	6	>17	M-J	10:00-11:00		95€/ trim.+ LF
Clases	7	8-10	M-J	17:00-17:45		75€/ trim.+ LF
Clases	8	11-13	M-J	17:45-18:30		75€/ trim.+ LF
Clases	9	14-17	M-J	18:30-19:30		95€/ trim.+ LF
Clases	10	>17	M-J	19:30-20:30		95€/ trim.+ LF

Las inscripciones se llevan a cabo a través de la página web (www.cantoberrueco.com), el correo electrónico (info@cantoberrueco.com) o a través del número de teléfono: 638127113

* LF: CUOTA ANUAL DE LICENCIA FEDERATIVA (seguro de accidentes). Será de pago obligatorio si aparece junto a la cuota de la actividad.

* CS: CUOTA DE SOCIO: estas cuotas solamente se abonarán una vez al año.

AJEDREZ

CLUB DE AJEDREZ SIERRA NORTE

Teléfono: 678 82 78 85 e-mail:

ivangarciacastineira@gmail.com



ACTIVIDAD	GRUPO	DÍAS	HORARIO	LUGAR	PRECIO
Ajedrez	1	Viernes	17:30-18:30	Almendro	23€/mes
Ajedrez	2	Viernes	18:30-19:30	Almendro	23€/mes

CIRCO

e-mail: : escueladecirco@gmail.com

teléfonos: 652677621 o 669357374

ACTIVIDAD	GRUPO	CURSO NIVEL	DÍAS	HORARIO	LUGAR	PRECIO
Circo	1	> 5 años	Jueves	16:30 - 18:00	Sala polivalente Campo Amacio Amaro	57€/trim

ACTIVIDAD	GRUPO	CURSO NIVEL	DÍAS	HORARIO	LUGAR	PRECIO
Telas y acrobacias	1	>12 años	M-J	18:30 a 20:00	Polideportivo Chozas de la Sierra	120€/trim
Telas y acrobacias	2	>16 años	M-J	19:00-20:30	Polideportivo Chozas de la Sierra	120€/trim



BAILE

CLUB LA SIERRA BAILA

CLUB LA SIERRA BAILA

Teléfono: **684 732 052**

Web: **www.lasierrabaila.com**

e-mail: **info@lasierrabaila.com**

Web: **www.lasierrabaila.com**



Actividad	Nivel	Día	Horario	Lugar
Salsología	Abierto	Martes	20:00-21:00	Hotel Prado Real
Salsa en línea	Intermedio	Martes	21:00-22:00	Hotel Prado Real
Salsa en línea	Iniciación	Miércoles	20:30-21:30	Hotel Prado Real
Bachata	Iniciación	Miércoles	21:30-22:30	Hotel Prado Real
Salsa en línea	Intermedio	Jueves	19:30-20:30	Hotel Prado Real
Bachata	Intermedio	Jueves	20:30-21:30	Hotel Prado Real
Kizomba	Iniciación	Jueves	21:30-22:30	Hotel Prado Real
Salsa cubana	Iniciación	Viernes	19:30-20:30	Hotel Prado Real
Salsa cubana	intermedio	Viernes	20:30-21:30	Hotel Prado Real

1 hora a la semana: 30€.

2 horas a la semana: 50€.

Adicionales: +20€/hora.

HÍPICA

CLUB HÍPICO EL SOTO

Teléfono: 696956546

e-mail: hipicasotodelreal@gmail.com

Actividad	Grupo	1 día por semana	2 días por semana	Días	Horario	Lugar
Clases iniciación	INFANTIL	70€/mes	136€/mes	M-D	M-V 17:30, 18.30, 19.30 S-D 10:00, 11:00, 12:00, 13:00.	Club deportivo elemental de equitación El Soto
Clases iniciación	ADULTOS					
Clases nivel medio	INFANTIL					
Clases nivel medio	ADULTOS					
Clases nivel avanzado	INFANTIL	80€/mes	156€/mes			
Clases nivel medio	ADULTOS					



ESCUELA DE CICLISMO MOUNTAIN BIKE

CLUB EMEDOCE MÁS DEPORTE

A partir de 3 años

Información: 681 210 222

deporte@emedoce.com

Actividad	Edad	Grupo	Día	Precio	Lugar
Ciclismo Bicicleta de montaña	3-18 años	1	Lunes	30€ mes	Soto del Real
		2	Jueves	30€ mes	

¡NUEVO!

ESCUELA DE CICLISMO MOUNTAIN BIKE

