

Modalidades infantiles	Edad
Psicomotricidad	3 - 5 años
Predeportiva acuática	4 - 7 años
Juegos predeportivos	5 - 7 años
Baile moderno	3 - 16 años
Balet	3 - 16 años
Gimnasia rítmica	4 - 16 años
Ajedrez	5 - 16 años
Atletismo	6 - 16 años
Karate	6 - 16 años
Patinaje	5 - 16 años
Tenis	6 - 16 años
Baloncesto	7 - 16 años
Baloncesto en silla de ruedas	A partir de 8 años
Balonmano	7 - 16 años
Ciclismo	6 - 16 años
Padel	7 - 16 años
Natación	8 - 16 años
Voleibol	7 - 16 años
Waterpolo	7 - 16 años
Modalidades a partir de 14 años	
Aerobic	
Baile moderno	
Bailes de salón	
Mantenimiento	
Padel	
Patinaje en línea	
Personas mayores	
Pilates	
Taichi	
Tenis	
Yoga	
Zumba fitness	

OTROS PUNTOS DE INTERÉS

COMPLEJO DEPORTIVO MUNICIPAL

(MONTEQUINTO)

C/ MURANO S/N

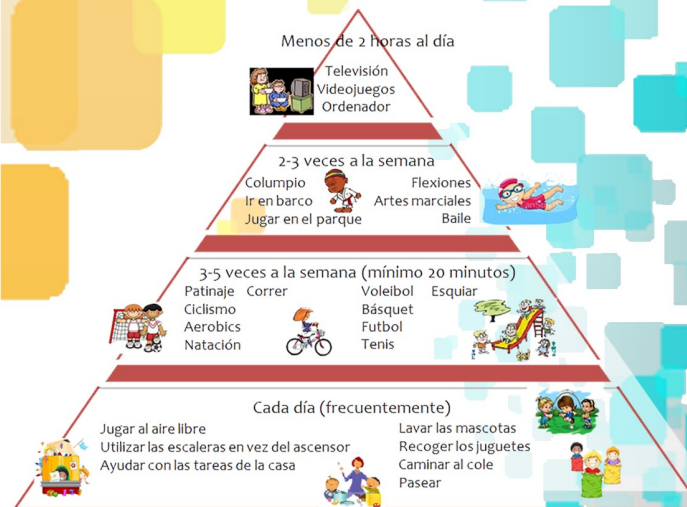
680991833

CENTRO MUNICIPAL ACUÁTICO

DEPORTIVO (MONTEQUINTO)

C/ ARONA S/N

955690194



GUÍA DE ESTILO DE VIDA SALUDABLE

ESCUELAS Y ACTIVIDADES MUNICIPALES DEPORTIVAS
(+ INFO: CENTRO MUNICIPAL ACUÁTICO Y DEPORTIVO)



Ruta Montequinto



También disponemos de gran cantidad de parques y zonas libres de acceso, donde poder realizar todo tipo de actividades:

- Parque de los pinos (Avda. de los Pinos).
- Parque de cuatro estaciones (Avda. Europa).
- Parque de las colinas (Avda. Condes de Ibarra).
- Carril bici Montequinto.
- Campos de fútbol.

Asociación Cultural y Deportiva

Entretorres 95 412 05 06

C/ Teodosio, s/n

Actividades:

- Sevillana (adultos):
Lunes y Miércoles - 17:00 a 18:00
- Baile latino (adultos):
Martes y Jueves - 10:00 a 11:00
- Baile moderno (infantil):
Lunes y Miércoles - 17:00 a 18:30
18:30 a 20:00
- Zumba (infantil):
Lunes y Miércoles - 20:00 a 21:30
- Yoga y pilates.

Fútbol sala:

Distintas categorías en la liga provincial de Dos Hermanas.

Pádel:

Escuela de pádel (inscripción en la Delegación de deportes Dos Hermanas).

Tenis:

Escuela de tenis con dos pistas de tierra batida (disponibles para alquiler).

Clubes deportivos

- Asociación deportiva KM 42 - Montequinto (Dos Hermanas).
www.kilometro42.com
- Club de baloncesto Ciudad de Dos Hermanas.
www.cbdoshermanas.com
- Club de balonmano de Dos Hermanas.
www.terra.es/personal/bm_doshermanas/
- Club de balonmano de Montequinto.
www.bmmontequinto.es
- Club de waterpolo Dos Hermanas.
www.waterpolo2h.com
- CAV Esquimo Dos Hermanas.
www.esquimo.ipmedia.es
- Club atletismo Montequinto.
usuarios.lycos.es/marofer/
- Club gimnasia rítmica Dos Hermanas.
www.ritmicados.es
- Club Hermanados BTT.
www.clubhermanadosbtt.com
- Club natación Dos Hermanas.
www.nataciondoshermanas.com
- Club de fútbol:
 - Montequinto (frente a la piscina municipal).
 - Los caminantes (frente olivar).
- Club de pádel Dos Hermanas.
www.clubdepadeldoshermanas.es
- Club deportivo Amigo San Hermenegildo.
www.cdamigosh.com
- Club deportivo Cantely.
cdcantely.blogspot.com
- Club Deportivo Sededos.
cdsededos.blogspot.com
- Club deportivo voley playa Dos Hermanas.
www.vp-doshermanas.com/cdvpdh/inicio.html
- Club triatlón Dos Hermanas.
clubtriatlondoshermanas.blogspot.com
- Dos Hermanas C.F.
www.doshermanascf.com