



URRIA / OCTUBRE 2026

18/10

Fútbol / Futbola



¡Cada pase puede empezar una gran jugada! Perseguir el gol en equipo ayuda a mejorar la coordinación, la resistencia y la cooperación.

Pase bakoitzak jokaldi bikain bat has dezake! Taldean gola bilatzeak koordinazioa, erresistentzia eta elkarlana hobetzen laguntzen du.

25/10

Ultimate frisbee



¡Un disco volador y un equipo listo para atraparlo! Se avanza con pases, sin correr con el disco; recibirlo en la zona final da un punto.

Disko hegalaria eta hura hartzeko prest dagoen taldea! Pasez aurreratzen da, diskoarekin korrika egin gabe; azken eremuan hartzeak puntua ematen du.

AZAROA / NOVIEMBRE 2026

01/11

Sin actividad / Jarduerarik ez

No hay sesión programada este domingo.

Igande honetan ez dago saiorik programatuta.

08/11

Baloncesto / Saskibaloia



¡Atrévete a ir a por la canasta! Botar, pasar y lanzar pone a prueba la coordinación, los reflejos y las decisiones en equipo.

Ausartu saskira joaten! Boteak, paseak eta jaurtiketak eginez koordinazioa, erreflexuak eta taldeko erabakiak lantzen dira.

15/11

Balonmano / Eskubaloia



¡Un pase, un salto y un lanzamiento lleno de emoción! Un deporte para entrenar la puntería, reaccionar rápido y ayudar al equipo.

Pase bat, jauzi bat eta emozioz betariko jaurtiketa! Punteria lantzeko, azkar erreakzionatzeko eta taldeari laguntzeko kirola.

22/11

Pinfuvote / Pinfuvotea



¡Cuatro deportes en un solo juego! Envía el balón sobre una red baja con manos, pies o cabeza: hasta 3 toques por equipo y un bote entre toques.

Lau kirol joko bakarrean! Bidali baloia sare baxuaren gainetik eskuekin, oinekin edo buruarekin: taldeko 3 ukitu gehienez eta bote bat ukituen artean.

29/11

Hockey / Hockeya



¡El stick se convierte en tu mejor aliado! Guiar la pelota y buscar huecos desarrolla coordinación, atención y juego en equipo.

Sticka zure lagunik onena izango da! Pilota gidatuz eta hutsuneak bilatuz koordinazioa, arreta eta taldeko jokoa lantzen dira.



ABENDUA / DICIEMBRE 2026

06/12	Sin actividad / Jarduerarik ez		No hay sesión programada este domingo. Igande honetan ez dago saiorik programatuta.
13/12	Bádminton / Badminton		¡Que el volante no te pille por sorpresa! Cada intercambio invita a moverse, afinar los reflejos y mejorar la coordinación ojo-mano. Ez utzi bolanteak ezustean harrapatzen! Truke bakoitzak mugitzera, erreflexuak zorroztera eta begi-esku koordinazioa hobetzera gonbidatzen du.
20/12	Colpbol / Colpbola		¡Aquí cada toque necesita un compañero! Golpea el balón con la mano abierta para marcar; no se puede agarrar ni dar dos golpes seguidos. Ukitu bakoitzak taldekide bat behar du! Kolpatu baloia esku irekiarekin gola sartzeko; ezin da heldu edo bi aldiz jarraian kolpatu.
27/12	Sin actividad / Jarduerarik ez		Vacaciones de Navidad: del 23/12 al 06/01. ¡Nos vemos a la vuelta! Gabonetako oporrak: 12/23tik 01/06ra. Itzuleran elkar ikusiko dugu!



URTARRILA / ENERO 2027

03/01

Sin actividad / Jarduerarik ez

OPORRAK
VACACIONES

Vacaciones de Navidad: del 23/12 al 06/01. ¡Nos vemos a la vuelta!

Gabonetako oporrak: 12/23tik 01/06ra. Itzuleran elkar ikusiko dugu!

10/01

Pickleball / Pickleballa



¡Palas, una red y duelos llenos de emoción! Devuelve la pelota al otro campo; tras el saque debe botar una vez a cada lado antes de volear.

Palak, sare bat eta emozioz betariko lehiak! Itzuli pilota beste zelaira; sakearen ondoren alde bakoitzean bote bat egin behar du airean jo aurretik.

17/01

Bodibol / Bodibola



¡Pasa, busca un hueco y apunta al tablero! Sin correr con el balón ni regatear: tocar el tablero vale 1 punto y encestar, 3. ¡Juega antes de 5 segundos!

Pasatu, bilatu hutsunea eta apuntatu taulara! Baloiarekin korrika edo driblinik ez: taula ukitzea puntu 1 da eta saskiratzea, 3. Jokatu 5 segundoan!

24/01

Frontenis / Frontenisa



¡La pared te devuelve el desafío! Envía la pelota al frontis con tu raqueta y prepárate: hay que devolverla antes del segundo bote.

Hormak erronka itzultzen dizu! Bidali pilota frontisera erraketarekin eta prestatu: bigarren botea baino lehen itzuli behar da.

31/01

Tchoukball / Tchoukballa



¡Lanza a! cuadro y sorprende con el rebote! Tu equipo suma si la pelota rebota y toca el suelo sin que el rival consiga atraparla.

Jaurti markora eta harritu errebotearekin! Zure taldeak puntua lortzen du pilotak errebotatu eta lurra ukitzen badu aurkariak hartu gabe.



OTSAILA / FEBRERO 2027

07/02

Sin actividad / Jarduerarik ez

No hay sesión programada este domingo.
Igande honetan ez dago saiorik programatuta.

14/02

Cesta punta / Zesta-punta



¡Atrape y devuelve con una cesta espectacular! Recoge la pelota y lánzala al frontis; el rival debe devolverla antes del segundo bote.
Hartu eta itzuli zesta ikusgarri batekin! Hartu pilota eta jaurti frontisera; aurkariak bigarren botea baino lehen itzuli behar du.

21/02

Ringol



¡Pasa, desmárcate y busca la mejor opción! En Ringol puedes puntuar marcando gol o encestando, mejorando coordinación, puntería y equipo.
Pasatu, desmarkatu eta bilatu aukerarik onena! Ringolean gola sartuz edo saskiratuz puntuak lor daitezke, koordinazioa eta punteria landuz.

28/02

Béisbol pie / Oin-beisbola



¡Chuta y corre de base en base! Un equipo golpea el balón con el pie para completar el recorrido; el otro lo recoge e intenta frenar a los corredores.
Jo baloia oinarekin eta egin korrika basez base! Talde batek ibilbidea osatu nahi du; besteak baloia hartu eta korrikalariak geldiarazten saiatzen da.



MARTXOA / MARZO 2027

07/03

Atletismo / Atletismoa



¡Corre, salta y descubre hasta dónde puedes llegar! Superar tus propias marcas ayuda a desarrollar velocidad, equilibrio y confianza. Egin korrika, salto eta aurkitu noraino irits zaitezkeen! Zure markak hobetzeak abiadura, oreka eta konfiantza garatzen laguntzen du.

14/03

Orientación deportiva / Kirol orientazioa



¡El mapa marca el comienzo de la aventura! Encuentra las balizas indicadas, elige tu camino y comprueba cada punto: observar también cuenta, Mapak abenturaren hasiera markatzen du! Aurkitu adierazitako balizak, aukeratu bidea eta egiaztatu puntu bakoitza: behatzea ere garrantzitsua da.

21/03

Floorball / Floorballa



¡Pases rápidos y emoción a ras de suelo! Con sticks ligeros, lleva la pelota a la portería rival; evita levantar el stick y el contacto físico. Pase azkarrek eta emozioa lurretik gertu! Stick arinekin eraman pilota aurkariaren atera; saihestu sticka altxatzea eta kontaktu fisikoa.

28/03

Sin actividad / Jarduerarik ez

OPORRAK
VACACIONES

Vacaciones de Semana Santa: del 25/03 al 04/04. ¡Volvemos el 11 de abril!

Aste Santuko oporrak: 03/25etik 04/04ra. Apirilaren 11n itzuliko gara!



APIRILA / ABRIL 2027

04/04

Sin actividad / Jarduerarik ez

OPORRAK
VACACIONES

Vacaciones de Semana Santa: del 25/03 al 04/04. ¡Volvemos el 11 de abril!

Aste Santuko oporrak: 03/25etik 04/04ra. Apirilaren 11n itzuliko gara!

11/04

Pinfuvote / Pinfuvotea



¡Cuatro deportes en un solo juego! Envía el balón sobre una red baja con manos, pies o cabeza: hasta 3 toques por equipo y un bote entre toques. Lau kirol joko bakarrean! Bidali baloia sare baxuaren gainetik eskuekin, oinekin edo buruarekin: taldeko 3 ukitu gehienez eta bote bat ukituen artean

18/04

Bádminton / Badminton



¡Que el volante no te pille por sorpresa! Cada intercambio invita a moverse, afinar los reflejos y mejorar la coordinación ojo-mano. Ez utzi bolanteak ezustean harrapatzen! Truke bakoitzak mugitzera, erreflexuak zorroztera eta begi-esku koordinazioa hobetzera gonbidatzen du.

25/04

Datchball / Datchballa



¡Esquiva, lanza y ayuda a tu equipo! Las pelotas blandas eliminan al tocar al rival; atraparlas al vuelo permite recuperar a un compañero. Saihestu, jaurti eta lagundu taldeari! Pilota bigunak aurkaria ukitzean kanporatzen du; airean hartzeak taldekide bat berreskuratzea ahalbidetzen du.

MAIATZA / MAYO 2027

02/05

Sin actividad / Jarduerarik ez

No hay sesión programada este domingo.
Igande honetan ez dago saiorik programatuta.

09/05

Vóley playa / Hondartzako boleibola



¡La arena se convierte en tu pista de juego! Saltar, golpear y colaborar para mantener el balón en el aire ayuda a ganar agilidad y coordinación. Harea zure jokaleku bihurtzen da! Jauzi egin, baloia jo eta airean mantentzeko elkarlanean aritu: arintasuna eta koordinazioa lantzeko aukera!

16/05

Olimpiadas / Olinpiar jokoak



¡Un gran final para celebrar lo aprendido! Carreras, saltos y retos de equipo: supera tus marcas, anima a tus compañeros y disfruta de cada logro. Amaiera bikaina ikasitakoa ospatzeko! Lasterketak, jauziak eta taldeko erronkak: hobetu zure markak, animatu taldekideak eta gozatu lorpen bakoitzaz.