

## PILATES

NORMAL	CARNET JOVEN	FAM. NUMER.	PENSIONISTA
--------	--------------	-------------	-------------

24,00 €	20,40 €	19,20 €	14,40 €
---------	---------	---------	---------

GRUPO	DÍAS	HORARIO
PI 1	MIÉRCOLES Y VIERNES	09.15 H. - 10.15 H.
PI 2	MIÉRCOLES Y VIERNES	10.15 H. - 11.15 H.
PI 3	LUNES Y MIÉRCOLES	19.00 H. - 20.00 H.
PI 4	LUNES Y MIÉRCOLES	20.00 H. - 21.00 H.
PI 6	MARTES Y JUEVES	17.00 H. - 18.00 H.
PI 7	MARTES Y JUEVES	18.00 H. - 19.00 H.
PI 8	MARTES Y JUEVES	19.00 H. - 20.00 H.
PI 9	MARTES Y JUEVES	20.00 H. - 21.00 H.
PI 10	MARTES Y JUEVES	10.15 H. - 11.15 H.
PI 11	Lunes Complemento ( 7,00 € )	09.15 H. - 10.15 H.
PI 12	MARTES Y JUEVES	11.15 H. - 12.15 H.



## ESCUELA DE ESPALDA

NORMAL	CARNET JOVEN	FAM. NUMER.	PENSIONISTA
--------	--------------	-------------	-------------

24,00 €	20,40 €	19,20 €	14,40 €
---------	---------	---------	---------

GRUPO	DÍAS	HORARIO
EE 1	LUNES Y MIÉRCOLES	10.15 H. - 11.15 H.

## YOGA

NORMAL	CARNET JOVEN	FAM. NUMER.	PENSIONISTA
--------	--------------	-------------	-------------

24,00 €	20,40 €	19,20 €	14,40 €
---------	---------	---------	---------

GRUPO	DÍAS	HORARIO
YO 1	MARTES Y JUEVES	09.15 H. - 10.15 H.
YO 2	LUNES Y MIÉRCOLES	18.00 H. - 19.00 H.

## CLASES COLECTIVAS

NORMAL	CARNET JOVEN	FAM. NUMER.	PENSIONISTA
--------	--------------	-------------	-------------

21,00 €	17,85 €	16,80 €	12,60 €
---------	---------	---------	---------

DÍAS	ACTIVIDAD	HORARIO
LUNES	FITBALL	09.15 H. - 10.00 H.
	AERÓBIC/STEP	10.00 H. - 11.00 H.
	GINNASIA POSTURAL	17.00 H. - 18.00 H.
	ENTRENAMIENTO FUNCIONAL	20.30 H. - 21.30 H.
MARTES	ZUMBA	10.00 H. - 11.00 H.
	ENTRENAMIENTO GLOBAL	18.00 H. - 19.00 H.
	GAP	19.00 H. - 20.00 H.
	FITBALL	20.00 H. - 21.00 H.
MIÉRCOLES	AERÓBIC/CORE	21.00 H. - 22.00 H.
	TONIFICACIÓN /GAP	09.15 H. - 10.00 H.
	CICLO/FIT	11.15 H. - 12.15 H.
	ENTRENAMIENTO GLOBAL	17.00 H. - 18.00 H.
JUEVES	ENTRENAMIENTO HIIT	20.30 H. - 21.30 H.
	ENTRENAMIENTO GLOBAL	10.00 H. - 11.00 H.
	GAP	18.00 H. - 19.00 H.
	ENTRENAMIENTO GLOBAL	19.00 H. - 20.00 H.
VIERNES	ZUMBA	20.00 H. - 21.00 H.
	AERÓBIC/CORE	21.00 H. - 22.00 H.
	LATINO/CORE	10.00 H. - 11.00 H.
	CICLO/FIT	11.00 H. - 12.00 H.



## MANTENIMIENTO FÍSICO (mayores de 50 años)

Precio Único: 13,00 €

GRUPO	DÍAS	HORARIO
MF 1	LUNES, MARTES Y JUEVES	11.00 H. - 12.00 H.

## ABDOMEN / STRECHING

NORMAL	CARNET JOVEN	FAM. NUMER.	PENSIONISTA
--------	--------------	-------------	-------------

20,00 €	17,00 €	16,00 €	12,00 €
---------	---------	---------	---------

GRUPO	DÍAS	HORARIO
ABDS	LUNES Y MIÉRCOLES	21.00 H. - 22.00 H.

MUSCULACIÓN / CARDIOVASCULAR  
+ CLASES DE CICLO INDOOR

NORMAL	CARNET JOVEN	FAM. NUMER.	PENSIONISTA
--------	--------------	-------------	-------------

27,00 €	22,95 €	21,60 €	16,20 €
---------	---------	---------	---------

DÍAS	HORARIO
LUNES A VIERNES	DE 08.00 H. A 14.00 H. DE 16.30 H. A 23.00 H.
SÁBADO Y DOMINGO (mañana)	DE 08.00 H. A 14.00 H.
SÁBADO (tarde)	DE 17.00 H. A 20.00 H.

## ACTIVIDADES INFANTILES

## GINNASIA RÍTMICA Y KÁRATE

NORMAL	FAM. NUMER.
16,00 €	12,80 €

GRUPO	DÍAS	HORARIO
KA1 ( 4 - 12 años )	LUNES Y MIÉRCOLES	17.00 H. A 18.00 H.
GR1 ( 4 - 8 años ) NIVEL BÁSICO	LUNES Y MIÉRCOLES	16.30 H. A 17.30 H.
GR2 ( 9 - 13 años ) NIVEL APRENDIZAJE	LUNES Y MIÉRCOLES	17.30 H. A 18.30 H.

## ABONADOS/AS

NORMAL	CARNET JOVEN	FAM. NUMER.	PENSIONISTA
--------	--------------	-------------	-------------

31,00 €	26,35 €	24,80 €	18,60 €
---------	---------	---------	---------

PUEDES INSCRIBIRTE EN DOS DE LOS  
SIGUIENTES PROGRAMAS / GRUPOS  
+ CLASES DE CICLO INDOOR

- PILATES
- ESCUELA DE ESPALDA
- YOGA
- ABDOMEN/STRECHING
- CLASES COLECTIVAS
- MUSCULACIÓN / CARDIOVASCULAR

## + CLASES DE CICLO INDOOR

## HORARIO DE CLASES DE CICLO INDOOR

DÍA	HORARIO
LUNES	19,30 - 20,15 h.
MARTES	20,10 - 20,55 h.
MIÉRCOLES	19,30 - 20,15 h.
JUEVES	20,10 - 20,55 h.
VIERNES	20,10 - 20,55 h.

NUEVO

ABONO FAMILIAR  
20% Descuento

A partir de 3 miembros de la misma unidad  
familiar en cualquier actividad

## Información General:

- La renovación de la mensualidad siguiente, deberá abonarse entre los días 20 al 30 del mes anterior.
- Se establece una cuota de inscripción de 9,00 €.
- Se establece una cuota por duplicado del carnet de la instalación de 5,00 €.
- Se podrá realizar pago fraccionado (quincenas naturales) por un importe del 50 % del precio mensual más un incremento de 0,50 €.
- El Programa Deportivo de Actividades podrá estar sujeto a cambios y/o modificaciones en función de las necesidades de la instalación.
- Los descuentos no son acumulables.
- Uso de Clases de Ciclo Indoor, hasta completar aforo.