

Actividades Adultos Temporada Otoño-Invierno



**PROGRAMA SUJETO A CAMBIOS. CONSULTAR
DISPONIBILIDAD DE GRUPOS Y HORARIOS**

MUSCULACION, ACONDICIONAMIENTO FISICO Y PREPARACIÓN DE OPOSICIONES

L a V de 09:00 a 14:00 h. y de 16:00 a 21:30
CON MONITOR:
De lunes a viernes de 18:30 a 21:30 h.
PRECIO:
5€ sesión - 25€ Mes - 70€ Trimestre



PILATES

Pon en forma tu cuerpo y mente

Grupo M: Martes y Jueves de 09:30-10:30 C.B.C.
Grupo T: Martes y Jueves de 20:00-21:00 C.B.C

PRECIO: 25 €/mes
70€/trimestre



**NUEVO
HORARIO**

AEROFITNES 30' 30' 30'

Perfecto para trabajar tus glúteos,
abdominales y piernas de forma divertida.

Lunes y miércoles de 20:00 a 21:30 h.

PRECIO: 25€ /mes y 70€/trimestre
CENTRO DEL CRISTO DEL BUEN CONSEJO



GIMNASIA DE MANTENIMIENTO

Actividad para adquirir y mantener
la forma física

Lunes - Miércoles - Viernes

Grupo M: G-1 de 9-10 h. y G-2 de 10-11 h.

Grupo T: G-3 de 18-19 h.

PRECIO:
20€/mes - 50€ trimestre
140€/anual (de octubre a agosto)
CENTRO DEL CRISTO DEL BUEN CONSEJO



TAI CHI

Pon en forma tu cuerpo y mente

Lunes de 19:30-21:00h

PRECIO: 25 €/mes y 70€/trimestre

CENTRO
CRISTO DEL BUEN CONSEJO



**NUEVO
HORARIO**

YOGA

Pon en forma tu cuerpo y mente
mientras tus hijos hacen
su actividad deportiva

*Horario pendiente de confirmación.

PRECIO: 25€/mes y 70€/trimestre

POLIDEPORTIVO MUNICIPAL



GIMNASIA MAYORES

Actividad de mantenimiento

Lunes - Miércoles - Viernes

De 11:00 a 12:00 h.

PRECIO:
8€/mes - 20€/trimestre
40€/anual (de octubre a agosto)
CENTRO DEL CRISTO DEL BUEN CONSEJO



SALIDAS BTT

Sábados

- G-1 (Junior y Avanzados) 10:00-14:00h.
- G-2 (Iniciación) 16:00-19:00h.

PRECIO: 25€ /mes - 70€/trimestre

AIKIDO

Arte Marcial Japonesa

Lunes y Miércoles

De 20:30 a 22:00 h.

PRECIO: 37,90 €/mes
POLIDEPORTIVO MUNICIPAL



PONTE EN FORMA Y DIVIÉRTETE