

# 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

*Terapéutico:* Martes y Jueves de 09:30-10:30h.  
y de 20:00-21:00h.

*Rendimiento Deportivo:* Martes y Jueves de 19:00-20:00h  
SALA CRISTO DEL BUEN CONSEJO



PRECIO: 25 € /mes  
70€ /trimestre

## ESCUELA MUNICIPAL DE BALONCESTO

Diviértete y pásalo en grande jugando  
a tu deporte favorito.

Martes y Jueves de 21:00 a 22:00 h.

PRECIO: 20€ /mes y 50€ /trimestre

PABELLÓN DEL POLIDEPORTIVO MUNICIPAL



## TAI CHI Y CHI KUNG

Pon en forma tu cuerpo y mente  
Martes y Jueves de 10:30-11:30h.  
y de 19:00-20:00h.

SALA CRISTO DEL BUEN CONSEJO



PRECIO: 25 € /mes  
70€ /trimestre

## ESCUELA MUNICIPAL DE CICLISMO

Grupo de Sábados

➤ G-1 (Avanzados) 10:00-13:00h.

PRECIO: 25€ /mes - 70€ /trimestre



## 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



## YOGA

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

Lunes y Miércoles de 19:00-20:00h.

SALA CRISTO DEL BUEN CONSEJO

PRECIO:

25€ /mes y 70€ /trimestre



## AIKIDO

Arte Marcial Japonesa

Lunes, Miércoles y Viernes

De 20:30 a 22:00 h.

PRECIO: 37,90 €/mes

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

