

Actividades Adultos

Temporada Otoño-Invierno



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

**NUEVO
HORARIO**

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 17:15-18:15 POLID.

Martes y Jueves de 20:00-21:00 C.B.C

PRECIO:

25 €/mes

70€/trimestre



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

Martes y Jueves de 18:15-19:15h.

PRECIO: 25€/mes y 70€/trimestre

POLIDEPORTIVO MUNICIPAL



AIKIDO

Arte Marcial Japonesa

Lunes y Miércoles

De 20:00 a 21:30 h.

PRECIO: 37,90 €/mes

POLIDEPORTIVO MUNICIPAL



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



GINNASIA DE MANTENIMIENTO

Actividad para adquirir y mantener
la forma física

Lunes - Miércoles - Viernes

G-1 de 10:00 a 11:00 y

G-2 de 18:00 a 19:00 h.

PRECIO:

20€/mes - 50€ trimestre

140€/anual (de octubre a agosto)

CENTRO DEL CRISTO DEL BUEN CONSEJO



GINNASIA 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

PONTE EN FORMA Y DIVIÉRTETE