

“OFERTA ACTIVIDADES DIRIGIDAS GIMNASIO”

| HORARIO | LUNES | MARTES | MIERCOLES | JUEVES | VIERNES |
|---------------|--|-------------------------|--|-------------------------|--|
| 9'15 a 10'15 | Gimn. Mant | | Gimn. Mant | | Gimn. Mant |
| 10'30 a 11'15 | Pilates | | Pilates | | Pilates |
| 11'15 a 12'00 | Pilates | | Pilates | | Pilates |
| 17'00 a 18'00 | Gimn. Mant | Pilates (17'30 a 18'15) | Gimn. Mant | Pilates (17'30 a 18'15) | Gimn. Mant |
| | Entrenamiento Suspensión (18'00 a 18'30) | Zumba (18'30 a 19'15) | Entrenamiento Suspensión (18'00 a 18'30) | Zumba (18'30 a 19'15) | Entrenamiento Suspensión (18'00 a 18'30) |
| | Pilates (18'45 a 19'30) | | Pilates (18'45 a 19'30) | | Pilates (18'45 a 19'30) |
| | Trainer (19'45 a 20'30) | Pilates (19'30 a 20'15) | Trainer (19'45 a 20'30) | Pilates (19'30 a 20'15) | Trainer (19'45 a 20'30) |
| 20'30 a 21'15 | Aerobic | Spinning | Aerobic | Spinning | Aerobic |

NOTA: todas las actividades dirigidas de tarde se realizarán en la **Sala del Colegio Doctor Jiménez Rueda**, excepto Spinning

| PRECIOS DE LAS ACTIVIDADES DIRIGIDAS - GIMNASIO | Precio / Mes | |
|--|--------------|------------|
| | Locales | NO Locales |
| Gimnasio 1 Mes | 20 € | 22 € |
| Gimnasio ½ Mes | 12 € | 14 € |
| Entrada 1 Sesión Actividad dirigida o Gimnasio | 3,5 € | 4 € |
| Bono Mañana (Actividades + Gimnasio + Piscina) | 24 € | 27 € |
| Gimnasia Mantenimiento Mañanas | 15 € | 17 € |
| Aeróbic / Mantenimiento / Zumba / Spinning / Pilates / Trainer Pump | 20 € | 22 € |
| <u>Paquete Actividades dirigidas Sala:</u> | | |
| Aerobic + Spinning + Pilates + Trainer Pump + Zumba + Entrenamiento Suspensión | 27 € | 29 € |

BIENVENIDOS/AS AL CURSO 2016-17



Atarfe Ciudad Deportiva S.A
Excmo. Ayuntamiento de Atarfe



Atarfe Ciudad Deportiva



@Acidesa



www.acidesa.es