



*Entrenar en el medio aporta la ventaja de poder entrenar la tonificación muscular con el mínimo estrés de las articulaciones, así cómo de ser un excelente medio para la mejora cardiovascular y respiratoria.*

*Por otra parte, se consigue un estimable consumo de calorías en cada sesión dentro de un ambiente muy divertido.*

**¡Nuestras actividades colectivas incluyen reserva de plaza en la clase!**

el usuario tiene siempre garantizado su espacio y sus particularidades son perfectamente conocidas por el monitor

DÍAS		HORARIO			
LUNES	MIÉRCOLES	9:30 a 10:15	15:30 a 16:15.		21:00 a 21:45
LUNES					21:00 a 21:45
MIÉRCOLES					21:00 a 21:45
MARTES	JUEVES	9:30 a 10:15	19:30 a 20:15	20:15 a 21:00	

<b>EDADES</b>
<b>DE 14 EN ADELANTE</b>

\*OFERTA GENERAL DE HORARIOS. PUEDE HABER ALGUNOS QUE ESTÉN EN SITUACIÓN DE LISTA PREVIA HASTA ALCANZAR LOS MÍNIMOS NECESARIOS PARA SU LANZAMIENTO Y OTROS QUE ESTANDO ABIERTOS TENGAN SUS PLAZAS COMPLETAS Y POR LO TANTO LISTA DE ESPERA.  
POR FAVOR CONSULTE EN ADMINISTRACIÓN.

**ACTIVIDAD CONTINUADA (PAGO MENSUAL). SE IMPARTEN A CALENDARIO LABORAL**