

Stadium Casablanca



Sala de **APARATOS**

Programas individuales

Acondicionamiento físico general / Pérdida de peso / Fuerza / Volumen muscular / Fuerza dirigida a deportes / Preparación de oposiciones / Rehabilitación

Programas especiales

Senior > ¿Tienes más de 50 años?

Para incorporarte de forma fácil y eficaz a un estilo de vida saludable. Para reducir los riesgos de salud propios de esta edad. Para mantener nuestra capacidad funcional evitando el sedentarismo.

Juvenil > 14, 15 y 16 años

Adaptado a la madurez biológica de los deportistas. Cuidadoso tratamiento de la ejecución técnica y de las cargas de entrenamiento. Seguimiento técnico especial. Horario individual y en grupo.

Actividades EXPRESS

Abdominales / Entrenamiento funcional / OMNIA / TRX / Estiramientos...

¡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.

Horario

LUNES A VIERNES	6:30 a 22:00			
SÁBADO	8:00 a 14:00	16:00 a 19:00		
DOMINGO	8:00 a 14:00			

ACTIVIDAD CONTINUADA (PAGO MENSUAL) SE IMPARTEN A CALENDARIO LABORAL

*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.