



ACTIVIDADES ADULTOS 2016/2017



ACTIVIDADES	NIVELES	DIAS DE ACTIVIDAD					PRECIO MENSUAL
		LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES	
ACTIVIDAD FISICA Y SALUD							
ABONO MULTIACTIVIDAD PISCINA		PERMITE EL ACCESO A GIMNASIO APARATOS, SALA DE CARDIO, NATACION, AQUAGYM, BODY PUM, BODY FITNESS, BODY COMBAT, PILATES, CICLO INDOOR (previa reserva), BALONCESTO.					46 €
ABONO MULTIACTIVIDAD FITNESS		PERMITE EL ACCESO A SALA DE CARDIO, AQUAGYM, ZUMBA, BODY FITNESS, BODY PUM, BODY COMBAT, BALONCESTO Y PILATES.					31 €
AQUAGYM	TODOS NIVELES		9:30 A 10:15 20:00 A 20:45		9:30 A 10:15 20:00 A 20:45		23 €
ZUMBA	TODOS NIVELES	20:00 A 20:45		20:00 A 20:45		20:00 A 20:45	25 €
BODY PUM C. San Martin de Tours	TODOS NIVELES		19:00 A 19:45		19:00 A 19:45		23 €
BODY COMBAT C. San Martin de Tours	TODOS NIVELES		20:00 A 20:45		20:00 A 20:45		23 €
BODY FITNESS C. San Martin de Tours (TARDE)	TODOS NIVELES	9:30 A 10:15		9:30 A 10:15		9:30 A 10:15	TRES DIAS 25 €
		20:00 A 20:45		20:00 A 20:45			DOS DIAS 23 €
CICLO INDOOR	TODOS LOS NIVELES	9:30 A 10:15		9:30 A 10:15		9:30 A 10:15	TRES DIAS L-X-V o M-J-V
		20:00 A 20:45		20:00 A 20:45		20:00 A 20:45	31 €
		21:00 A 21:45		21:00 A 21:45			
			16:00 A 16:45 19:00 A 19:45 20:00 A 20:45		16:00 A 16:45 19:00 A 19:45 20:00 A 20:45		16:00 A 16:45 19:00 A 19:45 20:00 A 20:45
GIMNASIO APARATOS	Apartir 16 años	LUNES A VIERNES 9:30 A 15:00 Y DE 16:00 A 22:00, SABADO 9:30 A 14:30 DOMINGO 10:00 A 14:00					31 €
NATACIÓN	TODOS LOS NIVELES	9:30 A 10:15		9:30 A 10:15		9:30 A 10:15	L-X-V
		12:30 A 13:15		12:30 A 13:15		12:30 A 13:15	
		14:15 A 15:00		14:15 A 15:00		14:15 A 15:00	
	TODOS LOS NIVELES	20:00 A 20:45		20:00 A 20:45		20:00 A 20:45	31 €
	TODOS LOS NIVELES		12:30 A 13:15 20:00 A 20:45 21:00 A 21:45		12:30 A 13:15 20:00 A 20:45 21:00 A 21:45		M-J 26 €
PILATES	TODOS NIVELES	11:15 A 12:00		11:15 A 12:00		11:15 A 12:00	25 €
	NIVEL INICIADO	19:00 A 19:45		19:00 A 19:45		19:00 A 19:45	
	NIVEL AVANZADO	20:00 A 20:45		20:00 A 20:45		20:00 A 20:45	
ACTIVIDADES DEPORTIVAS							
ATLETISMO (CLUB ATLE. MARTIN BERLANAS)		11:00 A 12:30 20:00 A 21:30	11:00 A 12:30 20:00 A 21:30	11:00 A 12:30 20:00 A 21:30		11:00 A 12:30 20:00 A 21:30	TRIMESTRAL 54 €
BALONCESTO ADULTOS			20:00 A 21:00		20:00 A 21:00		23 €
PADEL	MAÑANA		9:30 A 10:30 10:30 A 11:30 11:30 A 12:30		9:30 A 10:30 10:30 A 11:30 11:30 A 12:30		25 €
		TARDE	18:00 A 19:00 19:00 A 20:00 20:00 A 21:00 21:00 A 22:00		18:00 A 19:00 19:00 A 20:00 20:00 A 21:00 21:00 A 22:00		
				19:00 A 20:00 20:00 A 21:00 21:00 A 22:00		19:00 A 20:00 20:00 A 21:00 21:00 A 22:00	
					19:00 A 20:00 20:00 A 21:00		
					19:00 A 20:00 20:00 A 21:00		
					19:00 A 20:00 20:00 A 21:00	13 €	
	TENIS ADULTOS		19:00 A 20:00 20:00 A 21:00		19:00 A 20:00 20:00 A 21:00		
KARATE	A partir 16 años		20:00 A 21:30		20:00 A 21:30		28 €
PATINAJE	Todos los niveles		18:00 A 19:00		18:00 A 19:00		23 €
CLUB DE MONTANA LAS CABRERAS		clublascabrerass@googlegrups.com				20:30 A 21:30	
ACTIVIDAD FISICA Y SALUD 3ª EDAD							
AQUAGYM 3ª EDAD	I		10:15 A 11:00 11:00 A 11:45		10:15 A 11:00 11:00 A 11:45		6 €
BODY FITNESS 3ª EDAD	MAÑANA	10:15 A 11:00		10:15 A 11:00		10:15 A 11:00	6 €
SEGURO MÉDICO OBLIGATORIO EN TODAS LAS ACTIVIDADES 10 € TEMPORADA							