

# CASAL FITNES JOVE

## CASAL FITNES JOVE

Aquest estiu podràs gaudir d'activitats específiques de fitness al CEM Sagnier.

Cada dia dues activitats diferents amb monitors/monitores especialistes de zumba, ciclo, tonificació, *BodyBalance*, GAC (entrenament glutis, abdominal i cames) i activitats aquàtiques amb suport musical com *wetgym*, *wetinterval*, *wetbalance*, zumba aquàtica i cursets de natació.

**LLOC: CEM SAGNIER**

**EDAT**  
3-6 7-12 +13



### JUNY

24 25 26 27 28 29 30

### JULIOL

1 2 3 4 5 6 7

8 9 10 11 12 13 14

15 16 17 18 19 20 21

22 23 24 25 26 27 28

29 30 31 1 2 3 4

### AGOST

5 6 7 8 9 10 11

12 13 14 15 16 17 18

19 20 21 22 23 24 25

26 27 28 29 30 31

**PREU**

24,20 € / setmana

**HORARI**

D'11.45 a 14 h

**PREU I HORARI  
ACOLLIDA**

	Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
11.45-12 h	Vestidor				
12-12.45 h	Zumba, ciclo, tonificació. <i>bodybalance</i> , GAC...				
12.45-13 h	Vestidor				
13-13.45 h	Curset de natació i activitats aquàtiques				
13.45-14 h	Vestidor				

Inscriu-t'hi  
a partir del  
**DIVENDRES 31**  
de maig,  
a les 9 h

**LLOC D'INSCRIPCIÓ**

Web d'inscripcions i suport telefònic de l'OAC 360º

**CASAL FITNES JOVE**

C. de Frederica Montseny, 2-8  
Tel. 93 379 00 50, ext. 5431  
A/e: [esports@elprat.cat](mailto:esports@elprat.cat)