

CASAL FITNES JOVE

CASAL FITNES JOVE

Aquest estiu podràs gaudir d'activitats específiques de fitnes al CEM Sagnier. Cada dia 2 activitats diferents amb monitors especialistes de zumba, ciclo, tonificació, BodyBalance, GAC (entrenament glutis, abdominal i cames) i activitats aquàtiques amb suport musical com *wetgym*, *wetinterval*, *wetbalance*, zumba aquàtic i cursets de natació.

LLOC:

CEM SAGNIER

EDATS:

12 - 16 anys

JUNY						
23	24	25	26	27	28	29
JULIOL						
30	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
AGOST						
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

	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				

PREU

26,60 € / setmana

HORARI

D'11.45 a 14 h

LLOC D'INSCRIPCIÓ

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

CEM SAGNIER

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

Inscripcions a partir del **DIVENDRES 30** de maig, a les 9 h

Inscriu-t'hi

