

PROGRAMAS DUO

DUO- UNA ACTIVIDAD + GIMNASIO DE MUSCULACIÓN + NATACIÓN OCIO

DUO PLUS- UNA ACTIVIDAD + MUSCULACIÓN + SPINNING + SAUNA +

GAP (Glúteos, abdominales y piernas) + NATACIÓN OCIO + ATLETISMO DE ADULTOS

SPINNING:

Martes y jueves de 19:30 A 20:30H (Reserva de plaza con 24 horas)

EN EL PABELLÓN DE SANTA M^ª DE BENQUERENCIA

SAUNA:

Lunes y miércoles (hombres), Martes y jueves (mujeres). Previa reserva.

EN EL PABELLÓN DE SANTA M^ª DE BENQUERENCIA

GIMNASIO (Mayores de 16 años)

De lunes a viernes, en horario de mañana de 09:30 A 12:30H.

en horario de tarde de 20:30 A 22:00H.

EN EL PABELLÓN DE SANTA M^ª DE BENQUERENCIA

GAP

Lunes y miércoles de 18:30 A 19:00H

Lunes y miércoles de 19:00 A 19:30H

EN EL PABELLÓN DEL COLEGIO ALFONSO VI

Martes y jueves de 17:30 A 18:00H

Martes y jueves de 18:00 A 18:30H

EN EL PABELLÓN STA. M^ª de BENQUERENCIA

NATACIÓN OCIO:

De lunes a viernes, en horario de mañana de 8:00 A 16:00H.

EN CUALQUIERA DE LAS TRES PISCINAS CUBIERTAS DEL P.D.M.

ATLETISMO ADULTOS:

Lunes y miércoles de 18:30 A 19:30H.

ó Martes y jueves de 17:30 A 18:30H.

EN LA PISTA DE ATLETISMO DE LA ESCUELA DE GIMNASIA.

El programa incluye los periodos vacacionales y festivos, de lunes a viernes

(en actividades sin profesor).

(La piscina cubierta del Casco Histórico permanecerá cerrada durante las vacaciones de Navidad y Semana Santa).

PROGRAMA DÚO: 5 €/mes (pago cuatrimestral)

PROGRAMA DÚO PLUS: 10 €/mes (pago cuatrimestral)

Este suplemento no está sujeto a devolución.