

# Horaris

Inici	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
7:15		CURS NATACIÓ NIVELL I		CURS NATACIÓ NIVELL I	
8:15		CURS NATACIÓ NIVELL I		CURS NATACIÓ NIVELL I	
10:20	EMBARASSADES AIGUA		EMBARASSADES AIGUA		
10:30		VINYASA IOGA	VINYASA IOGA		
19:00	HIOPRESSIUS 30'				HIOPRESSIUS 30'
19:00	EMBARASSADES AIGUA			EMBARASSADES AIGUA	
19:10				BALLS DE MODA	
20:00	CURS NATACIÓ NIVELL ENTRENAMENT		CURS NATACIÓ NIVELL ENTRENAMENT		CURS NATACIÓ NIVELL ENTRENAMENT I NIVELL I
20:10				DANSA ORIENTAL	
20:15		CURS NATACIÓ NIVELL I		CURS NATACIÓ NIVELL I	
21:00	CURS NATACIÓ NIVELL ENTRENAMENT	CURS NATACIÓ NIVELL I	CURS NATACIÓ NIVELL ENTRENAMENT	CURS NATACIÓ NIVELL I	

## Activitats



### HIOPRESSIUS 30'

Reforça el teu sòl pèlvic.

Inici: 1/10/2016 - Fi: 31/7/2017

Preu trimestral: socis 27€ - no socis 54€

### DANSA ORIENTAL

Deixa anar els teus malucs en un dels balls més antics i femenins que existeixen.

Inici: 1/10/2016 - Fi: 30/6/2017

Preu trimestral: socis 45,57€ - no socis 97,89€

### BALLS DE MODA

Balla les coreografies més actuals.

Inici: 1/10/2016 - Fi: 30/6/2017

Preu trimestral: socis 27€ - no socis 54€

### VINYASA IOGA

Ioga basat en la respiració en moviment, passant d'una postura a l'altra durant la inhal·lació o exhal·lació.

Inici: 1/9/2016 - Fi: 30/6/2017

Preu: socis 15,19€ - no socis 32,63€ / mes.

### CURSOS DE NATACIÓ

Aprèn a nedar o millora la teva tècnica amb els nostres cursos per a adults.

Inici: 1/9/2016 - Fi: 31/7/2017

Durada 1 hora

#### - INICIACIÓ

Preu mensual: 43,3€ (2 dies/setmana) i 53,3€ (3 dies/setmana)

#### - ENTRENAMENT

Preu mensual: 50,3€ (2 dies/setmana) i 60,3€ (3 dies/setmana)

### EMBARASSADES AIGUA

Una forma suau i aquàtica de fer esport durant aquesta etapa.

Inici: 1/9/2016 - Fi: 31/7/2017

Preu mensual: 32,50€