

ACTIVITATS DIRIGIDES

SENSE SUPLEMENT INCLÒS A LA QUOTA DE SOCI

Dance
Dansa
Tonostep
Tonofit
Tonopump
Bici
GAC
Corporalfit
Latin&Dance
Kontakt

FuncionalFit
Postural Fit
Stretching
Gim suau
Hiit Tono
Zumba
Latin moves
Fitpump Combo
Ballet
Dansa del ventre

AMB SUPLEMENT 11,41 €

Aquafit
Aquabici
loga
Tai-txi/Txikung
Pilates
Alliberació muscular
loga dinàmic
Aigües profundes

ESCOLA D'ESQUENA

DE SETEMBRE A JULIOL



Activitat amb més de 25 anys d'antiguetat, dirigida per un fisioterapeuta per a **mantenir un cos flexible i una esquena sana i forta.**

*Al setembre cal donar-se d'alta.

INSTAL·LACIÓ JOSEP VALLÈS - SALA 3

DIES	HORARI	PREU SOCI
Dilluns i dimecres	18:00 - 19:00 h 19:00 - 20:00 h 20:00 - 21:00 h	28,51 €

*El preu inclou primera visita (exploració i programa terapèutic).

ABONAMENT FISIOACTIVA

SESSIÓ	TEMPS	PREU
1 sessió	30 minuts	15,15 €

*Per a més informació contacteu a:
fisioactiva@hotmail.com - 628600414

ENTRENADOR PERSONAL

Dirigit a persones interessades en realitzar entrenaments físics individualitzats o per parelles de manera segura, eficient, motivant i funcional.

El teu entrenador personal elaborarà tests específics per a tu i et farà un **seguiment continu a les teves necessitats i objectius.**

INSTAL·LACIÓ JOSEP VALLÈS O REGENT MENDIETA TIPUS D'ABONAMENTS

FIT BONO - SESSIÓ INDIVIDUAL Test + 1 sessió d'1h - 49,99 €

SESSIÓ INDIVIDUAL

4 sessions d'1h - 169,00 €
8 sessions d'1h - 265,20 €
12 sessions d'1h - 377,43 €

XPRESS - SESSIÓ INDIVIDUAL

4 sessions de 30 min. - 93,85 €
8 sessions de 30 min. - 159,60 €

DÚO - SESSIONS PER PARELLES

4 sessions d'1h - 183,60 €
8 sessions d'1h - 312,10 €

*Abonament de 4 sessions d'1 h per nous socis, 20% de descompte.

**El 3r abonament de qualsevol tipus de servei tindrà un 20% de descompte sempre i quan no hagi gaudit abans d'algun altre descompte. Excepte promocions puntuals.

*Per a més informació contacteu a:
entrenamentpersonal@mediterrani1931.com

FUTBOL

INICI A L'OCTUBRE

INSTAL·LACIÓ CEIP LLUÍS VIVES

EDAT	DIES	HORARI	PREU MENSUAL SOCI
Més de 18 anys	Dimarts i dijous	19:30 - 20:30 h	88,27 €