

## PISCINA MUNICIPAL DE ARZÚA

### ACTIVIDADES TRIMESTRE OUTUBRO – DECEMBRO 2018

#### PRECIO CURSOS DE NATACIÓN

\* ABONADOS: 32.25€ (TRIMESTRE)

\* NON ABONADOS: 64.50€ (TRIMESTRE)

#### PRECIO AQUAGYM:

**¡PROBA GRATIS ESTE TRIMESTRE!**

#### PRECIONATACIÓN TERAPEUTICA:

\* ABONADOS: 42.40 € (TRIMESTRE)

\* NON ABONADOS: 84.80€ (TRIMESTRE)

HORA	LUNS		MARTES		MÉRCORES		JUEVES		VENRES
10:30			ADULTOS INICIO						ADULTOS INICIO
11:15									
11:15	AQUAGYM		ADULTOS PERFECCIÓN		AQUAGYM				ADULTOS PERFECCIÓN
12:00									
17:30	3- 5 INICIO	3-5 DOMINIO	3-5 INICIO	3-5 DOMINIO	3- 5 INICIO	3-5 DOMINIO	3-5 INICIO	3-5 DOMINIO	
18:15									
18:15	3- 5 INICIO	INFANTIL DOMINIO	INFANTIL INICIO	INFANTIL PERFECCIION	3- 5 INICIO	INFANTIL DOMINIO	INFANTIL INICIO	INFANTIL PERFECCIION	
19:00			3-5 INICIO		BEBES 19:00-1930		3-5 INICIO		
19:45									
19:45	NAT. TERAPEUTICA				NAT. TERAPEUTICA				NAT.TERAPEUTICA
20:30									
20:30	ADULTOS INICIO		ADULTOS INICIO		ADULTOS INICIO				
21:15									
21:15	ADULTOS INICIO		ADULTOS INICIO	ADULTOS PERFECCIÓN	ADULTOS INICIO		ADULTOS INICIO	ADULTOS PERFECCIÓN	
22:00									

#### PRAZO APARA ANOTARSE:

DENDE O LUNS 10 DE SETEMBRO AS 17:00H, PARA MAIS INFORMACIÓN PASA POR A RECEPCIÓN DA PISCINA OU CHAMA O 981 50 11 47

## ACTIVIDADES TRIMESTRE OUTUBRO – DECEMBRO 2018

### PRECIO PILATES:

\* ABONADOS: 40.40 € (TRIMESTRE)

\* NON ABONADOS: 80.80€ (TRIMESTRE)

### PRECIO SPINNING:

\* ABONADOS: 33.80 € (TRIMESTRE)

\* NON ABONADOS: 67.60 (TRIMESTRE)

### PRECIO HIPOPRESIVOS:

\* ABONADOS: 20.20 € (TRIMESTRE 1 DIA SEMANA)

\* NON ABONADOS: 40.40 € (TRIMESTRE 1 DIA SEMANA)

### GRATUITAS PARA ABONADOS:

\* AEROBIC

\*AREOSTEP

\* FITNESS

\*GAP

\*TONIFICACIÓN

HORA	LUNS		MARTES	MÉRCORES		JUEVES	VENRES	
10:30	BIKE 1		PILATES 1		HIPOPRESIVOS	BIKE 1	PILATES 1	ZUMBA
11:15								
11:15	TONIFICACIÓN			AEROBIC		FITNESS		AERO-STEP
12:00								
12:00-					GAP 30"			
12:30								
19:00	AEROBIC				AEROBIC			FITNESS
19:45								
19:45	BIKE 2	HIPOPRESIVOS	TONIFICACIÓN	BIKE 4	GAP 30"	BIKE 2	ZUMBA	BIKE 4
20:30								
20:30	AERO-STEP	BIKE 3	PILATES 2	BIKE 5	AERO-STEP	BIKE 3	PILATES 2	BIKE 5
21:15								
21:15	PILATES 3		BIKE 6	ZUMBA	PILATES 3		BIKE 6	HIPOPRESIVOS
22:00								

**\*ZUMBA SOLO ESTE TRIMESTRE!!!! ANIMATE E PROBA GRATIS!!!**

### PRAZO APARA ANOTARSE:

**DENDE O LUNS 10 DE SETEMBRO AS 17:00H, PARA MAIS INFORMACIÓN PASA POR A RECEPCIÓN DA PISCINA OU CHAMA O 981 50 11 47**