

HORARIO DE ACTIVIDADES DIRIGIDAS PABELLÓN PRINCIPE DON FELIPE (TEMPORADA 2020-2021)

HORA COMIENZO	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	HORA COMIENZO	SABADO
9:00	PILATES 15 L-X	PILATS 1 M-J	PILATES 15 L-X	PILATS 1 M-J		9:00	
10:00		PILATES 2 M-J		PILATES 2 M-J		10:00	
11:00	TAICHI MAYORES 1 L-X-V	ACT FIS MAYORES M-J	TAICHI MAYORES 1 L-X-V	ACT FIS MAYORES M-J	TAICHI MAYORES 1 L-X-V	11:00	
12:00	TAICHI 1 L-X-V	PILATES 3 M-J	TAICHI 1 L-X-V	PILATES 3 M-J	TAICHI 1 L-X-V	12:00	
13:00		AC FIS GEN 1 M-J		AC FIS GEN 1 M-J		13:00	
14:00						14:00	
15:00	PILATES 4 L-X		PILATES 4 L-X			15:00	
16:00	PILATES 17 L-X		PILATES 17 L-X			16:00	
17:00	PILATES 6 L-X		PILATES 6 L-X			17:00	
18:00	PILATES 8 L-X		PILATES 8 L-X			18:00	
19:00	PILATES 10 L-X		PILATES 10 L-X			19:00	BAILES DE SALÓN S
20:00	PILATES 14 L-X		PILATES 14 L-X		BAILES DE SALÓN V	20:00	
21:00						21:00	
22:00						22:00	

*La empresa Proasport S.L. junto con la Concejalía de Deportes se reserva el derecho a suspender cualquier grupo de actividad que no cumpla con el 50% mínimo de participantes o no lo mantenga durante el curso.

PILATES	<i>Actividad donde aprenderás ejercicios que te ayudarán a la re-educación postural. Intensidad media-baja. Duración 50'. Intensidad baja</i>
TAICHI	<i>Arte marcial con aplicaciones terapéuticas cuya práctica está relacionada con la consecución de un mayor equilibrio físico y psíquico. Duración 50'. Intensidad baja.</i>
360 FIT	<i>Actividad donde podrás poner a prueba tu resistencia, fuerza y velocidad, llegando a tu punto máximo a través ejercicios multiarticulares y globales. Intensidad alta. Duración 50'.</i>
ACTIVIDAD FÍSICA MAYORES	<i>Actividad que busca como objetivo mejorar la condición física general. Intensidad adaptable. Duración 50'.</i>
FUNCIONAL E HIPOPRESIVOS	<i>Actividad que busca como objetivo mejorar la condición física general a través de ejercicios de origen cotidiano junto con trabajo abdominal específico. Intensidad alta-moderada. Duración 50'.</i>
ACONDICIONAMIENTO FÍSICO GENERAL	<i>Actividad que busca como objetivo mejorar la condición física general. Intensidad adaptable. Duración 50'.</i>
BAILES DE SALÓN	<i>Actividad en la que practicarás los mejores Bailes de Salón del momento. Intensidad adaptable. Duración 50'.</i>

	TARIFAS DE ACTIVIDADES DEPORTIVAS *								
	ADULTO			PENSIONISTA			INFANTIL		
	PRECIOS TRIMESTRE			PRECIOS TRIMESTRE			PRECIOS TRIMESTRE		
	NO ABONADO	ABONADO	NO EMPADRONADO	NO ABONADO	ABONADO	NO EMPADRONADO	NO ABONADO	ABONADO	NO EMPADRONADO
MATRICULA	26 €	18 €	42 €	0 €	0 €	42 €	26 €	18 €	42 €
2 DIAS/SEM	93 €	60 €	185 €	46,5 €	30 €	185 €			
1 DIA/SEM	84 €	54 €	170 €	42 €	27 €	170 €	72 €	45 €	145 €
*Extracto del "Acuerdo de establecimiento y fijación de Precios Públicos por la utilización de servicios y actividades Físico-Deportivas y normas de gestión"									