

ACTIVITATS DIRIGIDES POLIESPORTIU 2019					
H/D	Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
09:00 a 10:00h	Gimnàstica Gent Gran		Gimnàstica Gent Gran		
09:15h a 10:00h	Aeròbic Fitness	Cardio boxing	Aeròbic Fitness	Tonificació	Cardio boxing
10:15h a 11:00h	Monitor sala musculació Zumba	Monitor sala musculació	Monitor sala musculació Zumba	Monitor sala musculació	Monitor sala musculació
11:00h a 12:00h	Monitor sala musculació	Monitor sala musculació	Monitor sala musculació	Monitor sala musculació	Monitor sala musculació
12:00 a 14:00h					
17:00h a 20:00h	Monitor sala musculació	Monitor sala musculació fins les 19h	Monitor sala musculació	Monitor sala musculació fins les 19h	Monitor sala musculació
19:15 a 20:00h	Zumba	Tonificació de 19h a 19.45h	Zumba	Aeròbic Fitness de 19h a 19.45h	
20:15 a 21:00h	Zumba		Zumba		

Horari sala musculació: De dilluns a divendres de 09h a 22h i dissabtes de 09h a 14h (dissabtes no hi ha servei de vestidors)

Monitors: Gimnàstica Gent Gran i Zumba **JORDI GIRALDE**. Resta d'activitats **DAVID MARMESAT**

Inscripcions per l'abonament, a l'Ajuntament o bé al poliesportiu. Cal portar foto mida carnet i el full de les dades bancàries segellat pel banc. Un cop realitzat el carnet, cada principi de mes a l'Ajuntament o bé al Poliesportiu es posarà el segell conforme s'ha realitzat el pagament. Qualsevol novetat que hi hagi es comunicarà via correu electrònic, al taulell d'anuncis del mateix i els diferents canals de comunicació de l'Ajuntament.

Inscripcions activitat Zumba: inscripcionsalt@gmail.com

Inscripcions Gimnàstica gent gran, Aeròbic Fitness, Tonificació i Cardio Boxing: al mateix poliesportiu.