



ponte
en forma

CURSO 2020 -2021

PONTE EN FORMA

ACTIVIDADES DIRIGIDAS ADULTOS



NATACIÓN ADULTOS

UNA SESIÓN SEMANAL

Duración: 60´ sesión

Días: Sábado

Horario: 12:00

Precio: **SOCIO** 34,00 € **NO SOCIO** 50,00 €

DOS SESIONES SEMANALES

Duración: 45´ sesión

Días y horarios: Lunes - Miércoles: 19:30 / 20:15

Martes - Jueves: 08:00 / 09:00 / 11:00 / 15:30 / 16:15 / 20:15

Precio: **SOCIO** 37,00 € **NO SOCIO** 52,00 €

TRES SESIONES SEMANALES

Duración: 45´ sesión

Días: Lunes - Miércoles - Viernes

Horario: 07:00 / 08:00 / 09:00 / 11:00 / 16:15

Precio: **SOCIO** 40,00 € **NO SOCIO** 57,00 €



AQUAGYM

DOS SESIONES SEMANALES

Duración: 45´ sesión

Días y horarios: Martes - Jueves: 10:00 / 19:30

Precio: **SOCIO** 30,00 € **NO SOCIO** 40,00 €

TRES SESIONES SEMANALES

Duración: 45´ sesión

Días y horarios: Lunes - Miércoles - Viernes: 10:00 / 15:30

Precio: **SOCIO** 37,00 € **NO SOCIO** 50,00 €



ACONDICIONAMIENTO FÍSICO

DOS SESIONES SEMANALES

Duración: 60´ sesión

Días y horarios: Martes - Jueves

Horario: 15:30

Precio: **SOCIO** 37,00 € **NO SOCIO** 52,00 €

TRES SESIONES SEMANALES

Duración: 60´ sesión

Días y horarios: Lunes - Miércoles - Viernes: 10:00

Lunes - Miércoles 19:30 y Viernes 18:30

Precio: **SOCIO** 40,00 € **NO SOCIO** 57,00 €



PILATES

DOS SESIONES SEMANALES

Duración: 60´ sesión

Días y horario: Lunes-Miércoles 17:00

Martes-Jueves 08:15 / 09:30

Precio: **SOCIO** 60,00 € **NO SOCIO** 72,00 €



YOGA

DOS SESIONES SEMANALES

Duración: 60´ sesión

Días: Martes-Jueves

Horario: 17:00 / 18:30

Precio: **SOCIO** 60,00 € **NO SOCIO** 74,00 €

AVISOS: Los horarios, una vez empezados los cursos, pueden sufrir modificaciones y/o cancelaciones, debidas a la falta de quorum o a cambios en las medidas sanitarias dictadas por las autoridades competentes.

Las plazas se otorgarán por riguroso orden de inscripción. En el caso de no obtener plaza en el momento de solicitarla, pasará a lista de espera y en el momento en que se produzca una vacante en cualquiera de los horarios se le avisará, aunque no fuera en el horario solicitado.



ponte
en forma

INFORMACIÓN E INSCRIPCIONES

971 726848

secretaria@rcnp.es

**De lunes a viernes
de 08:30 a 19:30hrs**

**Sábado
de 09:00 a 13:30hrs**

www.rcnp.es