

CEM PARCdeIGARRAF CMES ESPORTIUlaPISCINA

Seminaris 2024

PILATES

CMES ESPORTIUlaPISCINA			
	TÈCNICA	DIES	HORARI
PILATES	Elvira	DISSABTES	09.30 - 10.00h

CEM PARCdeIGARRAF			
	TÈCNICA	DIES	HORARI
PILATES	Sara	DIMECRES	12.00 - 13.00h



Grups molt reduïts per a un treball totalment personalitzat.

El mètode Pilates es practica a tot el món i amb gran efectivitat. Ideal per treballar core, abdominals, esquena i millorar la postura. La respiració és un eix clau en les nostres sessions, ajudant també a la relaxació.

Preu especial per a abonats: 156¹⁸⁰ €

Preu del curs: 179¹¹⁶ €

Calendari (seguint el calendari escolar):


ESPORTIUlaPISCINA 17/02/2024 al 25/05/2024

PARCdeIGARRAF 14/02 al 22/05/2024


La instal·lació es reserva el dret de no iniciar o anul·lar alguna de les activitats en cas que el nombre d'inscrits sigui insuficient. **Totes les activitats tenen les places limitades.**

parcdeigarraf.cat

 / BPXport

 /parcgarraf_esportiu piscina

 / BPXport

 / Parcdeigarraf Esportiu piscina

CEM PARCdeIGARRAF · Ronda Ibèrica 60 · VNG · 93 814 72 95
CEM ESPORTIUlaPISCINA · Josep Coroleu 84 · VNG · 93 516 90 48

 AJUNTAMENT DE
Vilanova i la Geltrú

BPXport

 PARCdeIGARRAF
COMPLEX ESPORTIU MUNICIPAL

 ESPORTIUlaPISCINA
CENTRE MUNICIPAL D'ESPORTS · GELTRÚ