

*Acondicionamiento*

# FÍSICO

**En grupo**

Es una actividad en la que encontraremos una mejora orgánica general. El entrenamiento en grupo nos da la posibilidad de hacer una sesión muy amena y además relacionarnos en un buen ambiente.

Nuestros objetivos son: salud, imagen -peso corporal equilibrado- y diversión. Para ello incidiremos especialmente en el entrenamiento de la resistencia aeróbica, el tono muscular y la flexibilidad

**De 14 años  
en adelante**

*Stadium Casablanca*



¡Nuestras actividades colectivas incluyen reserva de plaza en la clase!  
El usuario tiene siempre garantizado su espacio y sus particularidades son perfectamente conocidas por el monitor.

## Horario

**MARTES - JUEVES**

10:40 a 11:40

18:30 a 19:30

De 14 años en adelante

**ACTIVIDAD CONTINUADA (PAGO MENSUAL) SE IMPARTEN A CALENDARIO  
LABORAL**

\*OFERTA GENERAL DE HORARIOS. PUEDE HABER ALGUNOS QUE ESTÉN EN SITUACIÓN DE LISTA PREVIA HASTA ALCANZAR LOS MÍNIMOS NECESARIOS PARA SU LANZAMIENTO Y OTROS QUE ESTANDO ABIERTOS TENGAN SUS PLAZAS COMPLETAS Y POR LO TANTO LISTA DE ESPERA. POR FAVOR CONSULTE EN ADMINISTRACIÓN.