

G.A.P.

*Glúteos, Abdomen
y Piernas.*

Es una actividad para la modelación
y la mejora del tono de Glúteos,
Abdomen y Piernas.

Completamos la estructura original
de esta modalidad con una parte
previa de entrenamiento aeróbico
con step básico y una fase final de
vuelta a la calma con estiramientos
consiguiendo así un entrenamiento
compensado.

**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

LUNES		14:15 a 15:15	19:45
MIÉRCOLES	10:00 a 11:00	14:15 a 15:15	19:45
VIERNES	10:00 a 11:00		

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.