

2020
2021

SÚPER STADIUM

Gymbike / Body Power / AeroFit Total / Pilates / Aquafitness / Aquatotal / Zumba / Acondicionamiento Físico en Grupo / Acondicionamiento Total - Aerotono / Artes Marciales / Tai-Chi / Chi Kung / Yoga / Bailes, Salón, Latinos y Salsa / Gimnasio Senior / Hipopresivos / Fitness / Sala de Aparatos / Actividades express / Sala de aparatos / juvenil / Escuela de Natación Sincronizada / Acondicionamiento Físico Completo / Aquagym Mayores / Natación Adultos / Mantenimiento / Perfeccionamiento / Rendimiento / Pilates acuático / Programas personalizados / Ballet Infantil / G.A.P. / Fans del Baile / Gimnasia Rítmica / Karate Infantil / Yoga Infantil / Matronatación / Natación Infantil / Natación Menores ¡Y MUCHO MÁS!

¡MÁS DE 40 ACTIVIDADES PARA TI!

ACTIVIDAD	PRECIO	CUOTA	SESIONES	TIEMPO
AERO FIT	12,5 €	MENSUAL	1 SEM.	60 MIN.
	22 €	MENSUAL	2 SEM.	60 MIN.
ZUMBA	12,5 €	MENSUAL	1 SEM.	60 MIN.
	Consultar	CURSO*	SÁBADOS	60 MIN.
BODY POWER	12,5 €	MENSUAL	1 SEM.	60 MIN.
G. A. P.	12,5 €	MENSUAL	1 SEM.	60 MIN.
GYMBIKE	12,5 €	MENSUAL	1 SEM.	60 MIN.
AEROBOX	9 €	MENSUAL	1 SEM.	60 MIN.
BAILES	Consultar	CURSO*	1 SEM.	90 MIN.
	30 €	MENSUAL	2 SEM.	60 MIN.
YOGA	45 €	MENSUAL	2 SEM.	90 MIN.
	23 €	MENSUAL	1 SEM.	90 MIN.
PILATES	48 €	MENSUAL	2 SEM.	60 MIN.
	24 €	MENSUAL	1 SEM.	60 MIN.
HIPOPRESIVOS	18 €	MENSUAL	1 SEM.	45 MIN.
FANS DEL BAILE	42 €	CURSO*	1 SEM.	60 MIN.
	15 €	MENSUAL	1 SEM.	60 MIN.
YOGA INFANTIL	Consultar	CURSO*	1 SEM.	60 MIN.
KARATE INFANTIL	30 €	MENSUAL	2 SEM.	60 MIN.
G. RÍTMICA	30 €	MENSUAL	2 SEM.	60 MIN.
BALLET	40 €	MENSUAL	2 SEM.	60 MIN.
TAI-CHI	15 €	MENSUAL	1 SEM.	60 MIN.
CHI KUNG	15 €	MENSUAL	1 SEM.	60 MIN.
KARATE	30 €	MENSUAL	2 SEM.	60 MIN.
DEFENSA PERSONAL	15 €	MENSUAL	1 SEM.	60 MIN.
AQUAFITNESS	26,75 €	MENSUAL	2 SEM.	45 MIN.
ACOND. FÍSICO COMPLETO NAT. Y GIM.	40,80 €	MENSUAL	2 SEM.	60 MIN.
NATACIÓN INFANTIL	75 €	CURSO*	1 SEM.	30 MIN.
	10% DTO.	CURSO*	2 SEM.	30 MIN.
MATRONATACIÓN	75 €	CURSO*	1 SEM.	30 MIN.
NATACIÓN PRIMARIA	65 €	CURSO*	1 SEM.	45 MIN.
	10% DTO.	CURSO*	2 SEM.	45 MIN.
AQUATOTAL	65 €	CURSO*	1 SEM.	60 MIN.
NATACIÓN ADULTOS	125 €	CURSO*	2 SEM.	45 MIN.
	65 €	CURSO*	1 SEM.	45 MIN.
ESCUELA SINCRONIZADA	30,20 €	MENSUAL	1 SEM.	90 MIN.
ESCUELA SINCRONIZADA 2 días	49,45 €	MENSUAL	2 SEM.	90 MIN.
ESCUELA SINCRONIZADA 3 días	68,70 €	MENSUAL	3 SEM.	90 MIN.
ESCUELA WATERPOLO 1 día	30 €	MENSUAL	1 SEM.	60 MIN.

ESCUELA WATERPOLO 2 día	49 €	MENSUAL	2 SEM.	60 MIN.
TERAPIA ACUÁTICA	64,60 €	MENSUAL	2 SEM.	60 MIN.
	32,30 €	MENSUAL	1 SEM.	60 MIN.
PILATES ACUÁTICO	22,30 €	MENSUAL	1 SEM.	45 MIN.
ESPALDA SANA	47,15 €	MENSUAL	2 SEM.	60 MIN.
	28,58 €	MENSUAL	1 SEM.	60 MIN.
ALQUILER PISTA	25,50 €	HORA		60 MIN.
ALQUILER PISTA TENIS	8,40 €	HORA		60 MIN.
ALQUILER PISTA TENIS DOBLES	11,20 €	HORA		60 MIN.
LUZ ARTIFICIAL	5,20 €	HORA		60 MIN.
SAUNA / TERMAS	3,00 €	SESIÓN	10S/26,50 €	
TICKET 1 SESIÓN GIMNASIO	6,40 €	SESIÓN		

GIMNASIA MANTENIMIENTO	21 €	MENSUAL	2 SEM.	60 MIN.
------------------------	------	---------	--------	---------

AQUAGYM MAYORES	54 €	CURSO*	2 SEM.	45 MIN.
-----------------	------	--------	--------	---------

GIMNASIO (CONSULTE DESCUENTOS)	22 €	MENSUAL	LIBRE	
--------------------------------	------	---------	-------	--

ENTRENADOR PERSONAL	33,50 €	1 ALUM.	5S/10%	60 MIN.
	20,50 €	2 ALUM.	5S/10%	60 MIN.
	15,50 €	3 ALUM.	5S/10%	60 MIN.

CURSOS*: De duración aproximada trimestral. Se proporciona calendario concreto de cada curso.

*Según sesiones pueden variar precios.

ACT. DE ALTO IMPACTO	Gymbike, AeroFit, G.A.P., Zumba, Bailes, Body Power, AeroBox
ACT. DE BAJO IMPACTO	Pilates, Hipopresivos, Yoga
ACT. DE PISCINA	Aquafitness, Aquagym Mayores, Acondicionamiento Físico Completo, Pilates Acuático, Natación Adultos
ACT. DE FISIOTERAPIA *	Terapia Acuática, Espalda Sana
ACT. INFANTILES	Ballet Infantil, Gimnasia Rítmica, Yoga Infantil, Karate Infantil, Zumba, Fans del Baile,
ARTES MARCIALES	Karate, Tai-Chi, Chi-Kung, Defensa Personal
SESIONES EXPRESS	PARA ABONADOS DEL GIMNASIO: Abdominales, Omnia, Morning Fit, Strong, Running, Stretching, F-ball, HIIT
ACT. MAYORES	Gimnasia de mantenimiento, Aquagym de mayores

*Impartidas por un fisio

www.stadiumcasablanca.com



PLANNING SEMANAL DE CLASES DIRIGIDAS

HORA / DÍA	LUNES	LUGAR	MARTES	LUGAR	MIÉRCOLES	LUGAR	JUEVES	LUGAR	VIERNES	LUGAR	SÁBADO	LUGAR
7:30	MORNING FIT	EXPRESS										
8:15			CROSS-F	EXPRESS			CROSS-F	EXPRESS				
8:45			NATACIÓN ADULTOS	PISCINA			NATACIÓN ADULTOS	PISCINA				
9:15											NATACIÓN ADULTOS	PISCINA
9:30			GYMBIKE	SALA 1	ABDOMINALES	EXPRESS			OMNIA	EXPRESS		
9:30	NATACIÓN ADULTOS	PISCINA			NATACIÓN ADULTOS	PISCINA						
9:30	PILATES	SALA 3			PILATES	SALA 3						
9:30	AQUAFITNESS	PISCINA	AQUAFITNESS	PISCINA	AQUAFITNESS	PISCINA	AQUAFITNESS	PISCINA				
9:45			YOGA	MUL 2			YOGA	MUL 2				
10:00	ZUMBA	SALA GYM	PILATES	S.3 Y G.2	GAP	SALA GYM	PILATES	S.3 Y G.2	G.A.P. / ZUMBA	S. GYM/SALSA 3		
10:15												
10:15			NATACIÓN ADULTOS	PISCINA			NATACIÓN ADULTOS	PISCINA				
10:15	AQUAGYM MAYORES	PISCINA	AQUAGYM MAYORES	PISCINA	AQUAGYM MAYORES	PISCINA	AQUAGYM MAYORES	PISCINA				
10:30					TAI-CHI	MUL 3					FANS DEL BAILE	SALA 3
10:30												
10:45			G. MANTENIMIENTO	MUL 3			G. MANTENIMIENTO	MUL 3			ZUMBA	SALA GYM
11:00	ABDOMINALES	EXPRESS	PILATES	SALA 3			HIPOPRESIVOS	SALA 3	ESTIRAMIENTOS	EXPRESS		
11:15												
11:30					CHI-KUNG	MUL 3					PILATES	SALA 3
11:45											ZUMBA	SALA GYM
12:00			ABDOMINALES	EXPRESS							CROSS-F	EXPRESS
12:30												
12:30											PILATES	SALA 3
12:45											ABDOMINALES	EXPRESS
14:15												
14:15			GYMBIKE	SALA 1								
15:00							ZUMBA	SALA GYM	HIPOPRESIVOS	SALA GYM		
15:30	PILATES	SALA 3	PILATES	SALA 2								
15:30	AQUAFITNESS	PISCINA	ZUMBA	SALA GYM	AQUAFITNESS	PISCINA						
16:15			ABDOMINALES	EXPRESS	ABDOMINALES	EXPRESS	ABDOMINALES	EXPRESS				
17:00												
17:00	PILATES	SALA 1			PILATES	SALA 1						
17:15			ESPALDA SANA	SALA GYM 2			ESPALDA SANA	SALA GYM 2				
17:30					PILATES	SALA 3						
17:30	ZUMBA	SALA GYM	PILATES	SALA 3	ZUMBA	SALA GYM	PILATES	SALA 3				
17:45			STRONG	EXPRESS								
18:00												
18:00	ABDOMINALES	EXPRESS	GINNASIA RÍTMICA	PABELLÓN	DEFENSA PERSONAL	TATAMI	GINNASIA RÍTMICA	PABELLÓN	ABDOMINALES	EXPRESS		
18:00	PILATES	MUL 2	YOGA	MUL 2	ABDOMINALES	EXPRESS	YOGA	MUL 2	YOGA INFANTIL	MUL 3		
18:00	FANS DEL BAILE	SALA 1	BALLET	SALA 2	GYMBIKE	SALA 1	BALLET	SALA 2	PILATES	SALA 1 y 3		
18:15			KÁRATE INFANTIL	TATAMI	PILATES	MUL 2	KÁRATE INFANTIL	TATAMI	AEROFIT	SALA GYM		
18:15			OMNIA	EXPRESS			STRONG	EXPRESS				
18:15			G. MANTENIMIENTO	MUL 3			G. MANTENIMIENTO	MUL 3				
18:30	BODY POWER	SALA GYM			BODY POWER	SALA GYM						
18:30	AEROFIT	SALA 3	HIPOPRESIVOS	SALA 3	AEROFIT	SALA 3	HIPOPRESIVOS	SALA 3	PILATES	SALA 2		
18:45			ZUMBA	SALA GYM			ZUMBA	SALA GYM				
18:45					CROSS-F	EXPRESS	CROSS-F	EXPRESS				
19:00	CROSS-F	EXPRESS	YOGA	MUL 2			YOGA	MUL 2	ZUMBA	G1 y G2		
19:00	TERAPIA ACUÁTICA	PISCINA			TERAPIA ACUÁTICA	PISCINA			GYMBIKE	SALA 1		
19:00			NATACIÓN ADULTOS	PISCINA			NATACIÓN ADULTOS	PISCINA	PILATES	SALA 3		
19:00	PILATES	MUL 2	KÁRATE INFANTIL	TATAMI	PILATES	MUL 2	KÁRATE INFANTIL	TATAMI	NATACIÓN ADULTOS	PISCINA		
19:15									YOGA	MUL 2		
19:30							OMNIA	EXPRESS				
19:30	GYMBIKE	SALA 1	GYMBIKE	SALA 1	GYMBIKE	SALA 1	AEROBOX	SALA GYM 2				
19:30					ZUMBA	SALA GYM	GYMBIKE	SALA 1				
19:30			AEROFIT	SALA 3	CHI-KUNG	MUL 3	AEROFIT	SALA 3				
19:30	BODY POWER	SALA GYM	AQUAFITNESS	PISCINA			AQUAFITNESS	PISCINA				
19:45	NATACIÓN ADULTOS	PISCINA			NATACIÓN ADULTOS	PISCINA						
19:45	G.A.P.	SALA 3	ABDOMINALES	EXPRESS	G.A.P.	SALA 3	ABDOMINALES	EXPRESS				
20:00	BAILES SALÓN / AVA.	MUL 3							TERAPIA ACUÁTICA	PISCINA		
20:00									GYMBIKE	SALA 1		
20:00			KARATE	TATAMI	HIPOPRESIVOS	MUL 2	KARATE	TATAMI	PILATES	SALA 3		
20:15	PILATES ACUÁTICO	PISCINA	AQUAFITNESS	PISCINA			AQUAFITNESS	PISCINA	ABDOMINALES	EXPRESS		
20:15												
20:30	ABDOMINALES	EXPRESS	PILATES	SALA 3	ABDOMINALES	EXPRESS	PILATES	SALA 3				
20:30			YOGA	MUL 2			YOGA	MUL 2				