

2024
2025

SÚPER STADIUM

Acondicionamiento Completo / Actividades Express /
Aerobox / Aerofit / AMM / Aquafitness / Aquagym Mayores /
Aquatotal / Bailes de Salón / Bailes en Línea / Ballet Infantil / Body Power / Calistenia / Chi-Kung / Entrenador Personal / Escuela de Natación Sincronizada / Espalda Sana / Fans del Baile / Funcional Cross Training / Fullbody / G.A.P. / Gimnasia de mantenimiento / Gimnasia Rítmica / Gimnasio / Gym Senior / Gymbike / Hipopresivos / Karate / Matronatación / Natación Adultos / Natación Infantil / Natación Primaria / Pilates / Ponte en forma +65 / Programas Personalizados / Tai-Chi / Yoga / Yoga Infantil / Zumba
¡Y MUCHO MÁS!

¡MÁS DE 40 ACTIVIDADES PARA TI!

ACTIVIDAD	PRECIO	CUOTA	SESIONES	TIEMPO
BODY POWER	15€	MENSUAL	1 SEM.	60 MIN.
GYMBIKE	14€	MENSUAL	1 SEM.	60 MIN.
AEROBOX	14€	MENSUAL	1 SEM.	60 MIN.
CALISTENIA	15€	MENSUAL	1 SEM.	60 MIN.
FUNCIONAL CROSS TRAINING	30€	MENSUAL	2 SEM.	45 MIN.
ZUMBA	14€	MENSUAL	1 SEM.	60 MIN.
G. A. P.	14€	MENSUAL	1 SEM.	60 MIN.
AERO FIT	14€	MENSUAL	1 SEM.	60 MIN.
	25€	MENSUAL	2 SEM.	60 MIN.
AMM	17€	MENSUAL	1 SEM.	60 MIN.
PILATES	25€	MENSUAL	1 SEM.	60 MIN.
	30€	MENSUAL	2 SEM.	60 MIN.
YOGA	45€	MENSUAL	2 SEM.	90 MIN.
	28,50€	MENSUAL	1 SEM.	90 MIN.
HIPOPRESIVOS	18€	MENSUAL	1 SEM.	45 MIN.
FULLBODY	14€	MENSUAL	1 SEM.	45 MIN.
BAILES	Consultar	CURSO*	1 SEM.	90 MIN.
ESPALDA SANA	47,50€	MENSUAL	2 SEM.	60 MIN.
FANS DEL BAILE	15€	MENSUAL	1 SEM.	60 MIN.
YOGA INFANTIL	20€	MENSUAL	1 SEM.	60 MIN.
BALLET	32€	MENSUAL	2 SEM.	60 MIN.
RÍTMICA	32€	MENSUAL	2 SEM.	60 MIN.
KARATE INFANTIL	32€	MENSUAL	2 SEM.	60 MIN.
TAI-CHI	15€	MENSUAL	1 SEM.	60 MIN.
CHI KUNG	15€	MENSUAL	1 SEM.	60 MIN.
PONTE EN FORMA +65	14€	MENSUAL	2 SEM.	60 MIN.
	14€	MENSUAL	1 SEM.	60 MIN.
GYM SENIOR	22€	MENSUAL	2 SEM.	60 MIN.
	35€	MENSUAL	5 SEM.	60 MIN.
BAILES EN LÍNEA	18€	MENSUAL	1 SEM.	60 MIN.
GIMNASIA MANTENIMIENTO	12,50€	MENSUAL	1 SEM.	60 MIN.
	22,50€	MENSUAL	2 SEM.	60 MIN.
AQUAGYM MAYORES	57€	TRIMESTRAL	2 SEM.	45 MIN.
AQUAFITNESS	27,50€	MENSUAL	2 SEM.	45 MIN.
	14,50€	MENSUAL	1 SEM.	45 MIN.
ACOND. FÍSICO COMPLETO NAT. Y GIM.	43€	MENSUAL	2 SEM.	60 MIN.
NATACIÓN INFANTIL	76€*	TRIMESTRAL	1 SEM.	30 MIN.
	210€	ANUAL	SEP-MAYO	30 MIN.
MATRONATACIÓN	76€	TRIMESTRAL	1 SEM.	30 MIN.
NATACIÓN PRIMARIA	66€*	TRIMESTRAL	1 SEM.	45 MIN.
	180€	ANUAL	SEP-MAYO	45 MIN.
AQUATOTAL	66€	TRIMESTRAL	1 SEM.	60 MIN.
NATACIÓN ADULTOS	126€	TRIMESTRAL	2 SEM.	45 MIN.
	66€	TRIMESTRAL	1 SEM.	45 MIN.

ESCUELA SINCRONIZADA	31€	MENSUAL	1 SEM.	90 MIN.
ESCUELA SINCRONIZADA 2 días	50€	MENSUAL	2 SEM.	90 MIN.
ESCUELA SINCRONIZADA 3 días	69€	MENSUAL	3 SEM.	90 MIN.
TERAPIA ACUÁTICA	34€	MENSUAL	1 SEM.	60 MIN.

TICKET 1 SESIÓN GIMNASIO	5€	SESIÓN		
GIMNASIO ¹	25€	MENSUAL	LIBRE	
	70€	TRIMESTRAL	LIBRE	
	130€	SEMESTRAL	LIBRE	
	240€	ANUAL	LIBRE	
ENTRENADOR PERSONAL	36€	1 ALUM.	5S/10%	60 MIN.
	25€	2 ALUM.	5S/10%	60 MIN.
	18€	3 ALUM.	5S/10%	60 MIN.
	110€	MENSUAL	1 SEM.	60 MIN.
ALQUILER PISTA	25,50€	HORA		60 MIN.
SAUNA / TERMAS	3,00€	SESIÓN	10S/26,50 €	

¹Consulte descuentos.

De duración aproximada trimestral.

Se proporciona calendario concreto de cada curso.

* 2 días a la semana 10% descuento.

ACT. DE ALTA INTENSIDAD	Gymbike, Body Power, AeroBox, Funcional Cross Training, Calistenia
ACT. DE MEDIA INTENSIDAD	Pilates, AMM, AeroFit, G.A.P., Zumba
ACT. DE BAJA INTENSIDAD	Hipopresivos, Yoga, Fullbody, Espalda Sana, Bailes
ACT. DE PISCINA	Aquafitness, Aquagym Mayores, Acondicionamiento Físico Completo, Natación Adultos, Matronatación, Aquatotal, Natación Infantil y Natación de Primaria.
ACT. DE FISIOTERAPIA *	Terapia Acuática
ACT. INFANTILES	Ballet Infantil, Yoga Infantil, Rítmica, Karate Infantil, Fans del Baile, Multideporte
ARTES MARCIALES	Karate infantil, Tai-Chi, Chi-Kung
SESIONES EXPRESS	PARA ABONADOS DEL GIMNASIO: Abdominales, Crossfit, Running
ACT. MAYORES	Gimnasia de mantenimiento, Aquagym de mayores, Ponte en forma +65, Bailes en línea, GYM Senior

*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
8:00												
8:15			CROSS-F	EXPRESS			CROSS-F	EXPRESS				
8:45			NATACIÓN ADULTOS	PISCINA			NATACIÓN ADULTOS	PISCINA				
9:15											NATACIÓN ADULTOS	PISCINA
9:30					ABDOMINALES	EXPRESS			CROSS-F	EXPRESS		
9:30	NATACIÓN ADULTOS	PISCINA			NATACIÓN ADULTOS	PISCINA			PILATES	GYM 2		
9:30	PILATES	SALA 3	YOGA	MULT. 2	PILATES	SALA 3	YOGA	MULT. 2				
9:30	AQUAFITNESS	PISCINA	AQUAFITNESS	PISCINA	AQUAFITNESS	PISCINA	AQUAFITNESS	PISCINA				
9:45												
10:00	ZUMBA	SALA GYM	PILATES	S.3 Y G.2	G.A.P.	SALA 3	PILATES	S.3 Y G.2	ZUMBA	SALA 3		
10:00									AQUAFITNESS	PISCINA		
10:15			NATACIÓN ADULTOS	PISCINA			NATACIÓN ADULTOS	PISCINA				
10:15	AQUAGYM MAYORES	PISCINA	AQUAGYM MAYORES	PISCINA	AQUAGYM MAYORES	PISCINA	AQUAGYM MAYORES	PISCINA				
10:30	PONTE EN FORMA +65	EXTERIOR			PONTE EN FORMA +65	EXTERIOR						
10:30					TAI-CHI	MULT. 2						
10:30					ZUMBA	GYM 2						
10:45			G. MANTENIMIENTO	EXTERIOR			G. MANTENIMIENTO	EXTERIOR	AQUAFITNESS	PISCINA	ZUMBA	SALA GYM
11:00	AQUAGYM MAYORES	PISCINA	PILATES	SALA 3	AQUAGYM MAYORES	PISCINA	HIOPRESIVOS	SALA 3	FULLBODY	SALA GYM		
11:00					AMM	SALA GYM	AMM	SALA GYM	GYM SENIOR	MULT. 2		
11:30					CHI-KUNG	MULT. 2						
11:45			GYM SENIOR	MULT. 2			GYM SENIOR	MULT. 2			PILATES	SALA 3
12:00	TERAPIA ACUÁTICA	PISCINA	ABDOMINALES	EXPRESS	TERAPIA ACUÁTICA	PISCINA					ZUMBA	SALA GYM
12:30	GYM SENIOR SIT	MULT. 2			GYM SENIOR SIT	MULT. 2					ABDOMINALES	EXPRESS
13:00											PILATES	SALA 3
13:00									PILATES	SALA GYM		
14:00	CALISTENIA	GYM 1										
14:15			G.A.P.	SALA GYM	AMM	SALA GYM	CROSS-F	EXPRESS				
14:45												
15:00							ZUMBA	SALA GYM				
15:30	AQUAFITNESS	PISCINA	PILATES	SALA GYM	AQUAFITNESS	PISCINA						
16:15			ABDOMINALES	EXPRESS			ABDOMINALES	EXPRESS				
17:00	PILATES	MULT. 2	KÁRATE INFANTIL	TATAMI	PILATES	MULT. 2	KÁRATE INFANTIL	TATAMI				
17:00			ESPALDA SANA	MULT. 3			YOGA INFANTIL	MULT. 2				
17:00							ESPALDA SANA	MULT. 3				
17:15							PILATES	SALA GYM				
17:30	PILATES	SALA 3										
17:30	ZUMBA	SALA GYM	PILATES	SALA 3/GYM 2	ZUMBA	SALA 3	PILATES	SALA 3				
17:45			BALLET	SALA 2			BALLET	SALA 2				
18:00			B. POWER	GYM 1	MULTIDORTE	SALA 2			MULTIDORTE	TATAMI		
18:00	RÍTMICA	TATAMI	CROSS-F	EXPRESS	GYMBIKE	SALA 1			ABDOMINALES	EXPRESS		
18:00	ABDOMINALES	EXPRESS	YOGA	MULT. 2	ABDOMINALES	EXPRESS	YOGA	MULT. 2	YOGA INFANTIL	MULT. 2		
18:00	PILATES	MULT. 2			RÍTMICA	TATAMI	CROSS-F	EXPRESS	PILATES	SALA 3/GYM 2		
18:00			KÁRATE INFANTIL	TATAMI	PILATES	MULT. 2	KÁRATE INFANTIL	TATAMI	AERO FIT	SALA GYM		
18:00									BAILER EN LÍNEA	MULT. 3		
18:00									AMM	MULT. 3		
18:15			G. MANTENIMIENTO	MULT. 3			G. MANTENIMIENTO	MUL 3				
18:30	BODY POWER	SALA GYM			BODY POWER	SALA GYM						
18:30	AERO FIT	SALA 3	HIOPRESIVOS	GYM 2	AERO FIT	SALA 3	HIOPRESIVOS	SALA GYM 2				
18:30							AEROBOX	SALA GYM 1				
18:35			ZUMBA	SALA 3			ZUMBA	SALA 3				
18:45												
19:00	F.CROSS TRAINING	EXTERIOR	YOGA	MULT. 2	F.CROSS TRAINING	EXTERIOR	YOGA	MULT. 2	ZUMBA	SALA GYM		
19:00									GYMBIKE	SALA 1		
19:00			NATACIÓN ADULTOS	PISCINA			NATACIÓN ADULTOS	PISCINA	PILATES	SALA 3/GYM 2		
19:00	PILATES	MULT. 2	KÁRATE INFANTIL	TATAMI	PILATES	GYM 2/ MULT. 2	KÁRATE INFANTIL	TATAMI	NATACIÓN ADULTOS	PISCINA		
19:00									AMM	MULT. 3		
19:00									YOGA	MULT. 2		
19:30					RUNNING	EXPRESS						
19:30	GYMBIKE	SALA 1	GYMBIKE	SALA 1	GYMBIKE	SALA 1	GYMBIKE	SALA 1				
19:30					ZUMBA	SALA GYM	BODY POWER	SALA GYM				
19:30	G.A.P.	SALA 3	AQUAFITNESS	PISCINA	CHI-KUNG	MULT. 3	AQUAFITNESS	PISCINA				
19:30	BODY POWER	SALA GYM			G.A.P.	SALA 3						
19:40			AERO FIT	SALA 3			AERO FIT	SALA 3				
19:45	NATACIÓN ADULTOS	PISCINA			NATACIÓN ADULTOS	PISCINA						
19:45			ABDOMINALES	EXPRESS			ABDOMINALES	EXPRESS	TERAPIA ACUÁTICA	PISCINA		
20:00	BAILER SALÓN / AVA.	MULT. 3										
20:00	CROSS-F	EXPRESS	PILATES	SALA GYM 2	CROSS-F	EXPRESS			ABDOMINALES	EXPRESS		
20:00					HIOPRESIVOS	GYM 2						
20:15			AQUAFITNESS	PISCINA			AQUAFITNESS	PISCINA				
20:30					TAI-CHI	MULT. 3						
20:30			A.FÍSICO COMPLETO	PISCINA			A.FÍSICO COMPLETO	PISCINA				