

PARRILLA DE ACTIVIDADES DIRIGIDAS STADIUM CASABLANCA 2025/2026

HORA/DIA	LUNES	LUGAR	MARTES	LUGAR	MIÉRCOLES	LUGAR	JUEVES	LUGAR	VIERNES	LUGAR	SÁBADO	LUGAR
8:45			NATACIÓN ADUL	PISCINA			NATACIÓN ADUL	PISCINA			NATACIÓN ADUL	PISCINA
9:15												
9:30	NATACIÓN ADUL	PISCINA			NATACIÓN ADUL	PISCINA			PILATES	GYM 2		
9:30	PILATES	SALA 3	YOGA	MUL 2	PILATES	SALA 3	YOGA	MUL 2				
9:30	AQUAFITNESS	PISCINA	AQUAFITNESS	PISCINA	AQUAFITNESS	PISCINA	AQUAFITNESS	PISCINA				
10:00	ZUMBA	GYM 1	PILATES	S3/G2	G.A.P.	GYM1	PILATES	S3/G2	ZUMBA	SALA 3		
10:00									AQUAFITNESS	PISCINA		
10:15			NATACIÓN ADUL	PISCINA	AQUAGYM MAYORES	PISCINA	NATACIÓN ADUL	PISCINA				
10:15	AQUAGYM MAYORES	PISCINA	AQUAGYM MAYORES	PISCINA			AQUAGYM MAYORES	PISCINA				
10:30	P. EN FORMA +65	EXT			P. EN FORMA +65	EXT					ZUMBA	GYM 1
10:30					TAI-CHI	MUL 2						
10:30					ZUMBA	SALA 3						
10:45			GIMNASIA MANT.	EXT			GIMNASIA MANT.	EXT				
11:00	AQUAGYM MAYORES	PISCINA	PILATES	SALA 3	AQUAGYM MAYORES	PISCINA			FULLBODY	GYM 1		
11:00	AMM	GYM 1			AMM	GYM 1	AMM	GYM 1			ABDOMINALES	EXPRES
11:30					CHI-KUNG	MUL 2					ZUMBA	GYM 1
12:00	TERAPIA ACUÁTICA	PISCINA			TERAPIA ACUÁTICA	PISCINA					PILATES	SALA 3
12:30	GYM SENIOR SIT	MUL 2			GYM SENIOR SIT	MUL 2						
14:00	CALISTENIA	GYM 1										
14:15			G.A.P.	GYM 1	AMM	GYM 1	G.A.P.	GYM 1				
15:00							ZUMBA	GYM 1				
15:30	AQUAFITNESS	PISCINA	PILATES	GYM 1	AQUAFITNESS	PISCINA						
16:15			ABDOMINALES	EXPRES			ABDOMINALES	EXPRES				
17:00	PILATES	MUL 2	KÁRATE INFANTIL	TATAMI	PILATES	MUL 2	KÁRATE INFANTIL	TATAMI				
17:00			ESPALDA SANA	MUL 3								
17:00							ESPALDA SANA	MUL 3				
17:15							PILATES	GYM 1				
17:30	PILATES	SALA 3	DEKA TRAINING	EXT			DEKA TRAINING	EXT				
17:30	ZUMBA	GYM 1	PILATES	S3/G2	ZUMBA	SALA 3	PILATES	SALA 3				
17:30			AMM	MUL 3	AMM	MUL 3	AMM	MUL 3				
17:45			BALLET	SALA 2			BALLET	SALA 2				
18:00					GYMBIKE	SALA 1			YOGA	MUL 2		
18:00	ABDOMINALES	EXPRES	KÁRATE INFANTIL	TATAMI	ABDOMINALES	EXPRES	KÁRATE INFANTIL	TATAMI	YOGA INFANTIL	MUL 2		
18:00	RÍTMICA	TATAMI			RÍTMICA	TATAMI			PILATES	S3/G2		
18:00	PILATES	MUL 2			PILATES	MUL 2			AERO FIT	GYM 1		
18:00									AMM	MUL 3		
18:15			B. POWER	GYM 1								
18:15			GIMNASIA MANT.	MUL 3			GIMNASIA MANT.	MUL 3				
18:30	BODY POWER	GYM 1	HIPOPRESIVOS	GYM 2	BODY POWER	GYM 1	AEROBOX	GYM 1				
18:30	AERO FIT	SALA 3			AERO FIT	SALA 3	HIPOPRESIVOS	GYM 2				
18:30			YOGA	MUL 2			YOGA	MUL 2				
18:35			ZUMBA	SALA 3			ZUMBA	SALA 3				
19:00	F.CROSS TRAINING	EXT			F.CROSS TRAINING	EXT			ZUMBA	GYM 1		
19:00									GYMBIKE	SALA 1		
19:00			NATACIÓN ADUL	PISCINA			NATACIÓN ADUL	PISCINA	PILATES	S3/G2		
19:00	PILATES	MUL 2	KÁRATE INFANTIL	TATAMI	PILATES	M2/G2	KÁRATE INFANTIL	TATAMI	NATACIÓN ADUL	PISCINA		
19:00									AMM	MUL 3		
19:00									YOGA	MUL 2		
19:30	GYMBIKE	SALA 1	GYMBIKE	SALA 1	GYMBIKE	SALA 1	GYMBIKE	SALA 1				
19:30					RUNNING	EXPRES	BODY POWER	GYM 1				
19:30	G.A.P.	SALA 3	AQUAFITNESS	PISCINA	CHI-KUNG	MUL 3	AQUAFITNESS	PISCINA				
19:30					BODY POWER	GYM 1						
19:30	BODY POWER	GYM 1			G.A.P.	SALA 3						
19:40			AERO FIT	SALA 3			AERO FIT	SALA 3				
19:45	NATACIÓN ADUL	PISCINA	ABDOMINALES	EXPRES	NATACIÓN ADUL	PISCINA	ABDOMINALES	EXPRES				
20:00	ABDOMINALES	EXPRES	PILATES	GYM 2	CROSS-F	EXPRES			TERAPIA ACUÁTICA	PISCINA		
20:00	PILATES	GYM2							ABDOMINALES	EXPRES		
20:15			AQUAFITNESS	PISCINA			AQUAFITNESS	PISCINA				
20:30			A.FÍSICO C.	PISCINA	TAI-CHI	MUL 3	A.FÍSICO C.	PISCINA				



ACTIVIDAD	PRECIO	COUTA	SESIONES	TIEMPO
BODY POWER	15,00 €	MENSUAL	1 SEM.	60 MIN.
GYMBIKE	15,00 €	MENSUAL	1 SEM.	60 MIN.
AEROBOX	15,00 €	MENSUAL	1 SEM.	60 MIN.
CALISTENIA	15,00 €	MENSUAL	1 SEM.	60 MIN.
F. CROSS TRAINING	30,00 €	MENSUAL	2 SEM.	45 MIN.
DEKA TRAINING	15,00 €	MENSUAL	1 SEM.	45 MIN.
ZUMBA	15,00 €	MENSUAL	1 SEM.	60 MIN.
G. A. P.	15,00 €	MENSUAL	1 SEM.	60 MIN.
AERO FIT	15,00 €	MENSUAL	1 SEM.	60 MIN.
	25,00 €	MENSUAL	2 SEM.	60 MIN.
AMM	17,00 €	MENSUAL	1 SEM.	60 MIN.
PILATES	25,00 €	MENSUAL	1 SEM.	60 MIN.
YOGA	30,00 €	MENSUAL	2 SEM.	60 MIN.
	45,00 €	MENSUAL	2 SEM.	90 MIN.
	28,50 €	MENSUAL	1 SEM.	90 MIN.
HIPOPRESIVOS	18,00 €	MENSUAL	1 SEM.	45 MIN.
FULLBODY	15,00 €	MENSUAL	1 SEM.	45 MIN.
BAILES	Consultar	CURSO	1 SEM.	90 MIN.
ESPALDA SANA	47,50 €	MENSUAL	2 SEM.	60 MIN.
YOGA INFANTIL	20,00 €	MENSUAL	1 SEM.	60 MIN.
BALLET	32,00 €	MENSUAL	2 SEM.	60 MIN.
RÍTMICA	32,00 €	MENSUAL	2 SEM.	60 MIN.
KARATE INFANTIL	32,00 €	MENSUAL	2 SEM.	60 MIN.
TAI-CHI	15,00 €	MENSUAL	1 SEM.	60 MIN.
CHI KUNG	15,00 €	MENSUAL	1 SEM.	60 MIN.
PONTE EN FORMA +65	14,00 €	MENSUAL	2 SEM.	60 MIN.
GYM SENIOR	14,00 €	MENSUAL	1 SEM.	60 MIN.
	22,00 €	MENSUAL	2 SEM.	60 MIN.
	35,00 €	MENSUAL	5 SEM.	60 MIN.
GIMNASIA MANTENIMIENTO	12,50 €	MENSUAL	1 SEM.	60 MIN.
	22,50 €	MENSUAL	2 SEM.	60 MIN.
AQUAGYM MAYORES	57,00 €	TRIMESTRAL	2 SEM.	45 MIN.
TERAPIA ACUÁTICA	25,00 €	MES	1 SEM.	60 MIN.

ACTIVIDAD	PRECIO	COUTA	SESIONES	TIEMPO
AQUAFITNESS	27,50 €	MES	2 SEM.	45 MIN.
	14,50 €	MES	1 SEM.	45 MIN.
ACON. FIS. COMPLETO	43,00 €	MES	2 SEM.	60 MIN.
NATACIÓN INFANTIL	76,00 €	3 MES	1 SEM.	30 MIN.
	144,40 €	3 MES	2 SEM.	30 MIN.
	210,00 €	CURSO	SEP-MAY	30 MIN.
MATRONATACIÓN	76,00 €	3 MES	1 SEM.	30 MIN.
NATACIÓN PRIMARIA	66,00 €	3 MES	1 SEM.	45 MIN.
	125,40 €	3 MES	2 SEM.	45 MIN.
	180,00 €	CURSO	SEP-MAY	45 MIN.
AQUATOTAL	66,00 €	3 MES	1 SEM.	60 MIN.
NATACIÓN ADULTOS	126,00 €	3 MES	2 SEM.	45 MIN.
	66,00 €	3 MES	1 SEM.	45 MIN.
ESCUELA SINCRONIZADA	31,00 €	MES	1 SEM.	90 MIN.
ESCUELA SINCRONIZADA 2 días	50,00 €	MES	2 SEM.	90 MIN.
ESCUELA SINCRONIZADA 3 días	69,00 €	MES	3 SEM.	90 MIN.
TICKET 1 SESIÓN GIMNASIO	5,00 €	SESIÓN	DÍA	LIBRE
GIMNASIO	25,00 €	MES	LIBRE	LIBRE
	70,00 €	3 MES	LIBRE	LIBRE
	130,00 €	6 MES	LIBRE	LIBRE
	240,00 €	AÑO	LIBRE	LIBRE
ENTRENADOR PERSONAL	40,00 €	1 ALU.	1 SESIÓN	60 MIN.
	180,00 €	1 ALU.	BONO 5S.	60 MIN.
	320,00 €	1 ALU.	BONO 10S.	60 MIN.
	25,00 €	2 ALU.	1 SESIÓN	60 MIN.
	112,50 €	2 ALU.	BONO 5S.	60 MIN.
	200,00 €	2 ALU.	BONO 10S.	60 MIN.
	20,00 €	3 ALU.	1 SESIÓN	60 MIN.
	90,00 €	3 ALU.	BONO 5S.	60 MIN.
	160,00 €	3 ALU.	BONO 10S.	60 MIN.
	125,00 €	1 ALU.	4 X MES.	60 MIN.
TARIFA PLANA ENT. PERSONAL	180,00 €	2 ALU.	4 X MES.	60 MIN.
	280,00 €	4 ALU.	4 X MES.	60 MIN.

Temporada 25/26

+150

ACTIVIDADES

Gymbike / Body Power / AeroBox / Funcional Cross Training, Calistenia / Pilates / AMM / AeroFit / G.A.P. / Zumba / Hipopresivos / Yoga / Fullbody / Espalda Sana / Bailes / Aquafitness / Aquagym Mayores / Acondicionamiento Físico Completo / Natación Adultos / Matronatación / Aquatotal / Natación Infantil / Natación de Primaria / Terapia Acuática / Ballet Infantil / Yoga Infantil / Rítmica / Karate Infantil / Multideporte / Karate infantil / Tai-Chi / Chi-Kung / Abdominales / Crossfit / Running / Gimnasia de mantenimiento / Aquagym de mayores / Ponte en forma +65 / GYM Senior / DEKA Training.



STADIUM
CASABLANCA

ACT. DE ALTA INTENSIDAD	Gymbike, Body Power, AeroBox, Funcional Cross Training, Calistenia, DEKA Training.
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/Primaria, Terapia Acuática.
ACT. INFANTILES	Ballet Infantil, Yoga Infantil, Rítmica, Karate Infantil.
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, GYM Senior.