

Horari d'activitats Pavelló Poliesportiu 2016/2017

horaris orientatius, poden variar en funció de les necessitats

SALA DE MANTENIMENT I FITNESS (Obertura el proper 2 de maig)

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres	Dissabte
de 15.00 a 22.00 h	de 09.00 a 12.45 h de 15.00 a 22.00 h	de 09.00 a 12.45 h de 15.00 a 22.00 h	de 09.00 a 12.45 h de 15.00 a 22.00 h	de 15.00 a 22.00 h	de 09.00 a 12.45 h

ACTIVITATS DIRIGIDES

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
15.45 h Gimnàstica 3a edat	15.20 h Condicionament físic	15.45 h Gimnàstica 3a edat	15.20 h Condicionament físic	
17.00 h Pilates		17.00 h Pilates		17.00 h Pilates
18.00 h Pilates 1 + Kabat	18.10 h ARE Mitjà	18.00 h Pilates 1 +Kabat	18.10 h ARE Mitjà	18.00 h Circuit Interval Training
19.00 h Pilates 2 + Hipopressius	19.00 h ARE Superior	19.00 h Zumba	19.00 h ARE Superior	

ARE: Activitats Rítmiques Esportives

SERVEI D'ESPORTS

- Matrícula noves persones inscrites: **30€**
- Abonament complet - Activitats dirigides i Sala Fitness: **28€** (pensionistes +55 i jubilats: 15€)
- Abonament activitats dirigides: **21€** (pensionistes +55 i jubilats: 10,50€)

SALA FITNESS

- Matrícula: **30€** (tres primers mesos, gratis)
- Abonament: **27€**

Què necessito per a inscriure'm? Full inscripció

Recordeu que la data màxima per donar-se de baixa de les activitats és el dia 13 del mes anterior

OFERTA PISCINES

Totes les persones inscrites i empadronades a Montmeló, podran gaudir de l'abonament individual de piscines.

Les persones inscrites de fora de Montmeló, podran gaudir d'un abonament B10