








## ACTIVITATS TEMPORADA 2009-2010 (setembre-juny)

<p><b>NATACIÓ ADULTS</b> (aprenentatge i seguiment)</p>	<p>a) Dilluns i dimecres de 19:30h. a 20:15h. b) Dilluns i dimecres de 20:15h. a 21:00h. c) Dimarts i dijous de 20:15h. a 21:00h.</p>	<p><b>PREU MENSUAL</b> SOCIS: 35 € NO SOCIS: 70 €</p>	
<p><b>AIGUAGYM</b> Exercici físic moderat i estiraments en el medi aquàtic</p>	<p>Dimarts i dijous: de 09:00h a 9:45h. de 19:30h a 20:15h. de 21:00h a 21:45h.</p>	<p><b>PREU MENSUAL</b> SOCIS: 42 € NO SOCIS: 75 €</p>	
<p><b>CURS DE NADONS</b> Per a nens i nenes entre 3 i 36 mesos.</p>	<p><b>nens / nenes entre 3 i 12 mesos</b> a) Dimarts de 15:30h a 16:00h. b) Dimecres de 16:00h a 16:30h. <b>nens / nenes entre 12 i 24 mesos</b> Dimarts de 16:00h a 16:30h. <b>nens / nenes entre 24 i 36 mesos</b> Divendres de 15:30h a 16:00h. <b>AQUESTS HORARIS SÓN SUSCEPTIBLES EN FUNCIO DELS CURSETS DE NATACIÓ I ACTIVITATS DIRIGIDES.</b></p>	<p><b>PREU TRIMESTRAL</b> SOCIS: 130 € NO SOCIS: 200 €</p>	
<p><b>AERÒBIC</b></p>	<p>AERÒBIC, TONO, JUST PUMP, STEPS, GAC,... * Consultar quadre horari</p>	<p><b>PREU MENSUAL</b> SOCIS: 26 € NO SOCIS: 56€</p>	<p> Pel mateix preu podeu gaudir d'una classe d'STRETCHING (estiraments globals combinats amb música) tots els dimecres de 9:10h a 10:00h .</p>
<p><b>GINNAS SUAU</b></p>	<p>Dilluns de 20:00 h a 21:30 h.</p>	<p><b>PREU MENSUAL</b> SOCIS: 38 € NO SOCIS: 51 €</p>	
<p><b>TAI-TXI</b></p>	<p>Dissabtes de 10:00 h. a 11:30 h.</p>	<p><b>PREU MENSUAL</b> SOCIS: 38 € NO SOCIS: 50 €</p>	
<p> <b>PILATES</b> (3 classes de Matt (amb colxoneta) a la setmana</p>	<p>Dilluns de 18:00h a 19:00h Dimecres de 15:30h a 16:30h Divendres de 9:00h a 10:00h</p>	<p><b>PREU MENSUAL</b> SOCIS: 45 € NO SOCIS: 55 €</p>	

 <b>PILATES</b> (3 classes Matt (amb colxoneta) + 1 classe reformer (màquina) a la setmana)	De dilluns a dijous. *Consultar horaris a secretaria.	<b>PREU MENSUAL</b> SOCIS: 85 € NO SOCIS: 95	
 <b>PILATES REFORMER (amb màquina)</b> (amb màquina)	De dilluns a dijous. *Consultar horaris a secretaria.	<b>PREU MENSUAL</b> SOCIS: 140 € NO SOCIS: 150	
<b>IOGA</b>	Dimarts: de 18:30h a 20:00h. (iniciació) de 20:00h a 21:30h. (manteniment) Dimecres: de 18:30h a 20:00h. (iniciació) de 20:00h a 21:30h. (iniciació) Dijous: de 10:00h a 11:30h. (iniciació)	<b>PREU MENSUAL</b> SOCIS: 36 € NO SOCIS: 48 €	
<b>SPINNING</b> (ciclisme indoor)	Dimecres: de 06:30h a 07:20h de 18:10h a 19:00h. de 19:10h a 20:00h. Dijous: de 07:10h a 08:00h. Divendres: de 18:10h a 19:00h. de 19:10h a 20:00h. de 20:10h a 21:00h. Dissabtes: de 09:10h a 10:00h.	<b>PREU MENSUAL</b> SOCIS: 21 € NO SOCIS: 30 €	 Classe dimecres de les 6:30h a les 7:30h Classe dijous de les 7:00h a les 8:00h.
<b>COUNTRY</b>	Dijous de 21:00h a 23:00h.	<b>PREU CURS (8 sessions)</b> SOCIS: 40 € NO SOCIS: 47€	
<b>SERVEIS</b>	DIETÈTICA FISIOTERÀPIA SOLÀRIUM VERTICAL	13 € (a partir de la 3ª visita) 10 € / sessió (30 minuts) 4,50 € / sessió (8 minuts)	

**PREUS ENTRADA INSTAL·LACIÓ (A partir del 14/09/09 i fins al 04/06/10)**

Entrada tot el dia : **7 €**

Entrada tarda a partir de les 14 h. : **5 €**

Entrada vespre a partir de les 20 h. : **2,50 €**