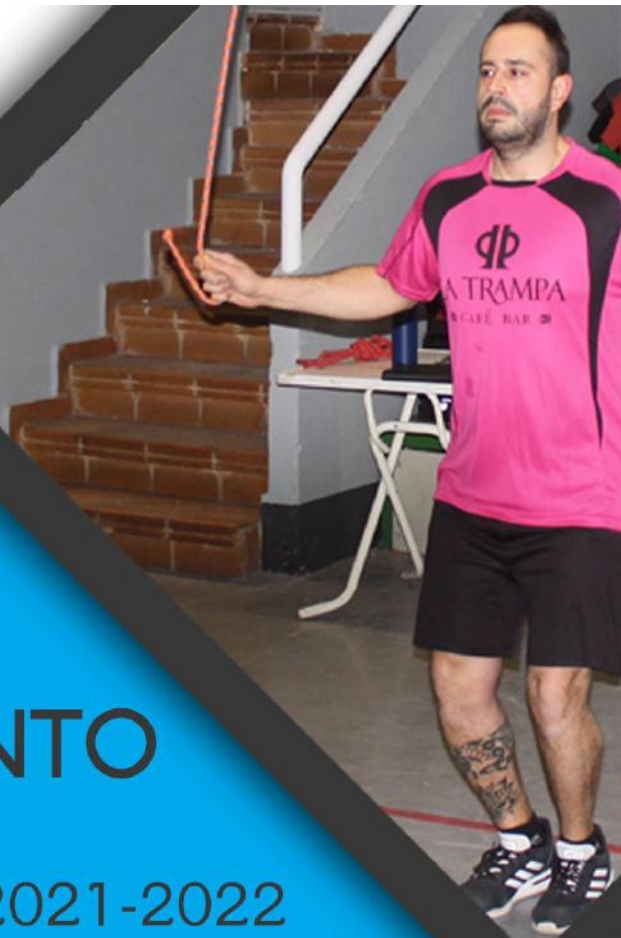


Puro  
Deporte  
Ludens

# GIMNASIA ◇ DE MANTENIMIENTO

Casino de León. - Curso 2021-2022



## **TURNO 1: 13 OCT - 17 DIC**

(Inscripciones desde el 13 sep.)

Los días 1 nov. y 6 y 8 dic. no hay actividad.

## **TURNO 2: 10 ENE - 25 MAR**

(Inscripciones desde el 9 dic.)

El día 28 feb., no hay actividad.

## **TURNO 3: 28 MAR - 17 JUN**

(Inscripciones desde el 14 mar.)

Los días 8, 11, 13 y 15 abr. no hay actividad.

LUDENS





# GIMNASIA DE MANTENIMIENTO

## ◆ DESCRIPCIÓN ACTIVIDAD

<b>GIMNASIA DE MANTENIMIENTO (adultos)</b>	<p>Programa de acondicionamiento físico en el cual tratamos de conservar el cuerpo en forma en todos sus aspectos.</p> <p>El objetivo es mantener una constitución flexible, ágil, potente, con una educación postural correcta, conociendo y pudiendo controlar el trabajo realizado por el cuerpo.</p>
--	--

## ◆ HORARIOS

	LUNES	MIERCOLES	VIERNES
GIMNASIA DE MANTENIMIENTO (SESIONES DE 60MIN)	10:00	10:00	10:00
	11:00	11:00	11:00
	17:00	17:00	
	18:00	18:00	

## ◆ MATRÍCULAS

	SESIONES/SEMANA	PVP POR PERSONA
TURNOS - OPCIÓN A	2	55 €
TURNOS - OPCIÓN B	1	35 €

SI DESEA MÁS SESIONES A LA SEMANA, CONSÚLTENOS PARA CONOCER DISPONIBILIDAD Y TARIFA

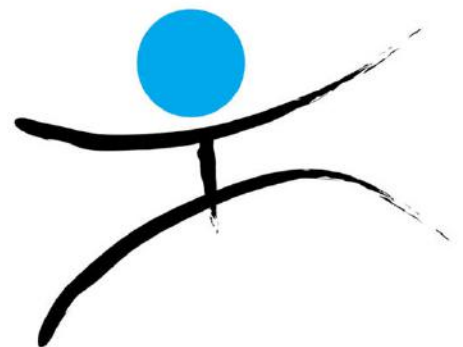


# INFORMACIÓN Y RESERVAS

[www.ludensweb.es](http://www.ludensweb.es)

Tlfno: 692 212 546  
(Lun-Vie de 10:00 a 13:00h)

LUDE*e*NS



SÍGUENOS EN  
FACEBOOK

