

JULIO ACTIVIDAD A LA CARTA CON INSTRUCTOR/A VERANO 2024

Logroño deporte

DEL 1 AL 30 DE JULIO

 Logroño

INSTALACIÓN	ACTIVIDAD	L	M	X	J	V	S	HORA INICIO	HORA FINAL	INTENSIDAD
C.D.M. LAS NORIAS	AERÓBIC	X		X				19:00	20:00	3
C.F.PRADOVIEJO	AEROCOMBAT	X		X				19:00	20:00	4
C.F.PRADOVIEJO	AEROCOMBAT		X	X				19:00	20:00	4
C.F.PRADOVIEJO	AEROCOMBAT		X	X				20:15	21:15	4
ESTADIO DE FÚTBOL	BOXEO		X	X				11:30	12:45	4
ESTADIO DE FÚTBOL	BOXEO	X		X				19:00	20:15	4
ESTADIO DE FÚTBOL	BOXEO		X	X				19:00	20:15	4
ESTADIO DE FÚTBOL	BOXEO					X		19:00	20:15	4
C.D.M. LAS NORIAS	CROSSTRAINING		X	X				18:00	19:00	5
C.D.M. LAS NORIAS	CROSSTRAINING		X	X				19:00	20:00	4
C.D.M. LAS NORIAS	CROSSTRAINING		X	X				20:00	21:00	5
C.D.M. LAS GAUNAS	ENTRENA CORRIENDO		X	X				7:15	8:15	4
C.D.M. LAS GAUNAS	ESPALDA SANA		X	X				11:00	12:00	2
C.D.M. LOBETE	GAP	X		X		X		08:30	09:15	3
C.D.M. LOBETE	GIMNASIA DE MANTENIMIENTO	X		X		X		07:00	07:45	3
C.D.M. LOBETE	GIMNASIA DE MANTENIMIENTO	X		X		X		07:45	08:30	3
C.D.M. LAS GAUNAS	NATACIÓN MANTENIMIENTO	X		X				8:30	9:30	3
C.D.M. LAS GAUNAS	NATACIÓN MANTENIMIENTO		X	X				19:00	20:00	3
C.D.M. LAS GAUNAS	NATACIÓN MANTENIMIENTO AVANZADOS	X		X				7:15	8:15	4
C.D.M. LOBETE	PILATES	X		X				20:00	21:00	2
C.D.M. LOBETE	PILATES		X	X				08:15	09:15	2
C.D.M. LOBETE	PILATES		X	X				10:15	11:15	2
C.D.M. LAS GAUNAS	PILATES		X	X				10:00	11:00	2
C.F.PRADOVIEJO	TONIPUMP	X		X				20:00	21:00	4
C.F.PRADOVIEJO	TONIPUMP	X		X				18:00	19:00	4
C.F.PRADOVIEJO	TONIPUMP		X	X				18:00	19:00	4
C.D.M. LOBETE	YOGA	X		X				21:00	22:00	2
C.D.M. LOBETE	YOGA		X	X				09:15	10:15	2

TARIFAS

ENTRADA DIARIA	BONO 10 SESIONES	BONO 20 SESIONES	TARIFA PLANA MENSUAL
ABONADO: 5 €	ABONADO: 38 €	ABONADO: 58 €	ABONADO: 45 €
NO ABONADO: 10 €	NO ABONADO: 76 €	NO ABONADO: 116 €	NO ABONADO: 90 €

ACTIVIDADES VIRTUALES EN EL CDM LAS GAUNAS (SIN INSTRUCTOR/A) nueva actividad **CORE**.

JULIO

CONSULTA A PARTIR DEL MIERCOLES 26 DE JUNIO, PRECIOS HORARIOS Y PROMOCION ESPECIAL EN VERANO.

**NUEVA
ACTIVIDAD
VIRTUAL**

BODY COMBAT BODY PUMP **Y CORE**

