

HELDUENTZAKO ARETOKO JARDUERAK

ACTIVIDADES DE SALA ADULTOS

2011-2012

GALTZARABORDA KIROLDEGIA / POLIDEPORTIVO GALTZARABORDA

JARDUERA ACTIVIDAD	ORDUTEGIA HORARIO		
65 PLUS GIM	AL-AZ	L-X	9:30-10:30
	AL-AZ	L-X	10:30-11:30
	AS-OG	M-J	9:30-10:30
	AS-OG	M-J	10:30-11:30
	AS-OG	M-J	11:30-12:30
AEROBIC	AL-AZ	L-X	20:00-21:00
	AL-AZ-OR	L-X-V	*9:15-10:15
	AL-AZ-OR	L-X-V	18:00-19:00
ATZEGI GIMNASIA	AS-OG	M-J	17:30-18:30
BALANCE BODY	AL-AZ	L-X	20:15-21:15
BOX TONIC	AS-OG	M-J	20:30-21:30
CIRCUIT TRAINING	AL-AZ	L-X	20:00-21:00
	AS-OG	M-J	*9:30-10:30
POWER TONIC	AS-OG	M-J	*8:30-9:30
INTERVALTONO	AL-AZ	L-X	19:00-20:00
	AL-AZ-OR	L-X-V	*8:15-9:15
	AS-OG	M-J	15:30-16:30
	AS-OG	M-J	19:00-20:00

JARDUERA ACTIVIDAD	ORDUTEGIA HORARIO		
PILATES	AL-AZ-OR	L-X-V	14:30-15:30
	AL-AZ-OR	L-X-V	13:30-14:30
	AL-AZ-OR	L-X-V	18:00-19:00
	AL-AZ-OR	L-X-V	19:00-20:00
	AS-OG	M-J	8:15-9:15
	AS-OG	M-J	19:30-20:30
	AS-OG	M-J	20:30-21:30
	AS-OG	M-J	16:30-17:30
	AL-AZ	L-X	20:45-21:45
	AL-AZ-OR	L-X-V	9:30-10:30
SPINNING	AL-AZ-OR	L-X-V	18:45-19:45
	AL-AZ-OR	L-X-V	15:30-16:30
	AS-OG	M-J	14:30-15:30
	AS-OG	M-J	18:30-19:30
	AS-OG	M-J	19:30-20:30
SPINNING+TONO	AL-AZ	L-X	19:45-20:45
	AS-OG	M-J	9:15-10:15
	AS-OG	M-J	17:30-18:30
	AS-OG	M-J	20:30-21:30
TAICHI	AL-AZ	L-X	20:30-21:30
YOGA	AL-AZ	L-X	19:30-20:30

FANDERIA IGERILEKUAK / PISCINAS DE FANDERIA

JARDUERA ACTIVIDAD	ORDUTEGIA HORARIO		
AEROBIC	AL-AZ	L-X	19:30-20:30
INTERVALTONO	AL-AZ-OR	L-X-V	9:30-10:30
	AL-AZ-OR	L-X-V	14:30-15:30
	AS-OG	M-J	14:30-15:30
PILATES	AL-AZ-OR	L-X-V	15:45-16:45
	AL-AZ	L-X	17:30-18:30
	AL-AZ	L-X	18:30-19:30
	AS-OG	M-J	10:30-11:30
	AS-OG	M-J	11:30-12:30
	AS-OG	M-J	20:30-21:30

JARDUERA ACTIVIDAD	ORDUTEGIA HORARIO		
SPINNING	AL-AZ	L-X	20:30-21:30
	AS-OG	M-J	9:15-10:15
	AS-OG	M-J	18:20-19:20
	AS-OG	M-J	19:20-20:20
	Larunbata	Sábado	11:00-12:00
SPINNING+TONO	AS-OG	M-J	15:30-16:30

HELDUENTZAKO URETAKO JARDUERAK

ACTIVIDADES ACUATICAS ADULTOS

2011-2012

GALTZARABORDA KIROLDEGIA / POLIDEPORTIVO GALTZARABORDA

JARDUERA ACTIVIDAD	ORDUTEGIA HORARIO		
IKASTALDIA APRENDIZAJE	AL-AZ	L-X	9:15-10:00
	AL-AZ	L-X	10:00-10:45
	AS-OG	M-J	19:45-20:30
HOBKUNTZA PERFECCIONAMIENTO	AS-OG	M-J	9:15-10:00
	AL-AZ	L-X	20:00-20:45
CLUB MASTER	AL-AZ	L-X	19:30-20:15
OSASUN IGERIKETA NATACION SALUD	AS-OG	M-J	15:15-16:00
ATZEGI IGERIKETA ATZEGI NATACION	Larunbata	Sábado	10:00-11:00

FANDERIA IGERILEKUAK / PISCINAS DE FANDERIA

JARDUERA ACTIVIDAD	ORDUTEGIA HORARIO		
IKASTALDIA APRENDIZAJE	AL-AZ	L-X	9:15-10:00
	AL-AZ	L-X	19:45-20:30
HOBKUNTZA PERFECCIONAMIENTO	AL-AZ	M-J	9:15-10:00
	AS-OG	M-J	20:15-21:00
CLUB MASTER	AS-OG	M-J	19:30-20:15

HELDUEN IKASTAROETAKO PREZIOAK

PRECIOS CURSOS ADULTOS

	Abonu orokorra Abono general	Igerilekuko abonua Abono piscina	Abonatua ez dena No abonado
Astean egun bat 1 día semana	13,07 €	15,71 €	26,19 €
Astean 2 egun 2 días semana	23,71 €	27,11 €	51,62 €
Astean 3 egun 3 días semana	31,16 €	36,29 €	62,26 €
PILATES Astean 2 egun PILATES 2 días semana	24,79 €	28,40 €	54,38 €
PILATES Astean 3 egun PILATES 3 días semana	37,42 €	42,77 €	82,03 €
KIROL GOIZA MAÑANA DEPORTIVA	23,71 €	27,11 €	51,62 €

