



VERANO 2.010

“*PARA HACER GIMNASIA EN VERANO*”

-ACONDICIONAMIENTO FÍSICO-

-GRUPOS MIXTOS-

PARA SEGUIR EN VERANO HACIENDO GIMNASIA CON SESIONES MUY VARIADAS (EJERCICIOS AEROBICOS, STEPS, STRECHING, PILATES,...), DESPUES UNAS MAQUINAS Y COMPLETAR CON PISCINA

- **TURNO:** Del 16 de Julio al 31 de Agosto.
- **DIAS:** De lunes a viernes puedes ir cuantos días quieras.
- **HORARIOS:** De 9.00 a 9.45 **ACONDICIONAMIENTO FISICO** en el gimnasio, de 9.45 a 10.30 horas sesión **TONIFICACION** en sala máquinas y de 10.30 a 11.15 **NADO LIBRE** en la piscina Santa Marina.

- **INSCRIPCION:** Desde el día 10 de junio, hasta completar plazas.
- **PRECIO:** 35.95 € todo el verano (39.95 € no empadronados en Palencia capital)
- **INSTALACION:** Gimnasio Frontón Eras de Santa Marina

- **PUEDE INSCRIBIRSE EN :**
 - **PISCINA SANTA MARINA**
 - **PISCINA CAMPOS GOTICOS**
 - **ISLA DOS AGUAS**
 - **ONLINE** entrando en www.pmdpalencia.com
 - **HORARIOS:** De Lunes a Viernes desde las 9.00 horas