

# Activitat de tonificació per adults

Red adscrita  CAT

---

## Temas

Juventud, Mujeres, Hombres, Personas mayores, Actividad física.

---

## Descripción

Apunta't a aquesta activitat si vols enfortir tota la musculatura combinant exercicis amb material extern o amb el teu propi cos.

Lloc: Centre Cívic Victorina Vila Badia (La Saleta) Albesa

Horari: dimarts i dijous de 19:30h a 20:30h

Edat: Per majors de 16 anys

Preu: 1h a la setmana 15€ / 2h a la setmana 28€

---

## Población

Población General - Cualquiera ()

---

## Persona de contacto

Lorena Botanch (691406726) (consellesportiu@ccnoguera.cat)

---

## Entidad participante/colaboradora/promotora

Consell Esportiu de la Noguera

---

## Fecha de última actualización de la actividad

23/12/2024

---

## Situación actual de la actividad

Histórica con seguimiento

---

## Gratuita

No

---

## Localización

Calle Poeta Fermí Palau 1 25135 Albesa Lleida Cataluña España



## Página web del proyecto

<https://consellnoguera.cat/>

<https://www.facebook.com/consellesportiu.delanoguera.5/>

## Imagen de la Actividad

