

Combifit: tonifica tot el cos!

Red adscrita  CAT

Temas

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

Descripción

L'activitat aeròbica COMBIFIT engloba tot tipus d'exercicis de mitjana/alta intensitat amb l'objectiu de tonificar el cos, tant el tren superior com l'inferior.

Dilluns, de 20.15 a 21.15 h

Del 31 de gener al 20 de juny

Preu: 65 €

Es

realitzaran sessions variades de GAC, TONIFICACIÓ, CARDIO-TONO i HIIT entre d'altres, i es treballarà per repeticions i per temps d'exercici

Población

Población Adulta (Mayores de 14 años) - Cualquiera ()

Persona de contacto

Centre cívic Joaquim Xirau. Inscripcions a figueres.cat (972 67 86 22) (cxirau@figueres.org)

Fecha de última actualización de la actividad

30/09/2022

Situación actual de la actividad

Histórica

Gratuita

No

Localización

Calle Vilatenim 45 17600 Figueres Figueres Girona Cataluña España



Fecha de la Actividad

De 31/01/2022 a 30/06/2022

Página web del proyecto

<http://ca.figueres.cat/la-ciutat/accio-civica-drets-civils-i-cooperacio/centres-civics-municipals/programacio-centres-civics-municipals-17820/>