

PS CEM La Plana: Sala de fitness

Red adscrita  CAT

Temas

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

Descripción

El programa inclou una medició de la composició corporal, un qüestionari mèdic esportiu i l'assignació d'un programa d'entrenament. El programa s'adapta a les necessitats de la persona usuària.

Objectius:

- Enfortir la musculatura corporal.
- Ampliar moviments articulars.
- Tenir consciència corporal.
- Millorar la coordinació.
- Millorar la capacitat cardiovascular

Procés inscripció: CEM La Plana. T. 934 80 27 18 esplugues@duetsports.com

Preu: 41,55 €/mes (més IVA) Abonament adult resident

Preus amb descomptes per a població específica:

- Abonament total segon familiar : 32,01 € (més IVA)
- Abonament total infantil (5 a 15 anys) 13,64 € (més IVA)
- Abonament infantil (5 a 15 anys) 27,68 € (més IVA)
- Abonament per a la gent gran 27,68 € (més IVA)
- Abonament per a persones amb diversitat funcional i persones que disposin del carnet rosa 17,73 €/mes (més IVA)
- Abonament Jove (16 a 24 anys) 27,86 € (més IVA)
- Abonament per a persones aturades de més de 25 anys (27,86 € més IVA)

Presentar prescripció metge al CEM LA PLANA

Places limitades

Més informació: <https://laplana.duetsports.com/>

Población

Población Adulta (Mayores de 14 años) - Cualquiera (Persones empadronades al municipi.)

Persona de contacto

Duet Sports Esplugues (934 80 27 18) (esplugues@duetsports.com)

Entidad participante/colaboradora/promotora

Duet Sports Esplugues

Fecha de última actualización de la actividad

28/06/2023

Situación actual de la actividad

Histórica

Gratuita

No

Localización

Plaza Catalunya s/n 08950 CEM La Plana Esplugues de Llobregat Barcelona Cataluña España



Página web del proyecto

<https://laplana.duetsports.com/>