

Red adscrita CAT

Temas

Mujeres, Hombres, Actividad física, Cultura, ocio y naturaleza.

Descripción

Mitjançant una sèrie de coreografies que es van repetint al llarg de les sessions es treballen diferents aspectes del cos.

Horari dilluns i dimecres de 19:30h a 20:30h

preu: 15€/mes

Millora el sistema cardiovascular

crema calories

tonifica i reafirma la musculatura

millora la flexibilitat i la força

disminueix la producció d'àcid làctic

augmenta la coordinació

millora la imatge

Población

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

Persona de contacto

Núria (600402194) (poliesportiuger@gmail.com)

Fecha de última actualización de la actividad

27/04/2024

Situación actual de la actividad

Histórica con seguimiento

Gratuita

No

Localización

Carretera Vella s/n 17539 Poliesportiu Ger Ger Girona Catalunya España

