

## Pilates



### Temas

Actividad física.

### Descripción

Es una actividad de desarrollo físico a través de técnicas importadas de yoga y gimnasia sueca principalmente, se basa en la potenciación de la zona abdominal, favoreciendo la actitud postural y es una base perfecta para complementar tu rutina.

Comienzo y final de las clases:

Desde 18 de septiembre 23 al 22 de junio 24. Numero de plazas de 20 por clase. Edad hasta 55años.

Todos los días de la semana hay diferentes horarios consultar

PRECIO :socio 7 euros y no socio 11euros

También se realiza en Valmuel y en Puigmoreno los martes en horario de 18.15h y de19.15h

### Población

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

### Persona de contacto

Isabel carreras conte (978870723) (icarreras@alcaniz.es)

### Entidad participante/colaboradora/promotora

Servicio Municipal de deportes de Alcañiz.

### Fecha de última actualización de la actividad

23/09/2024

### Situación actual de la actividad

Histórica

## Gratis

No

## Localización

Calle nicanor villalta 30 44600 Alcañiz Aragón España



## Fecha de la Actividad

De 18/09/2023 a 22/06/2024