

Servei Activitats Dirigides El Municipal de Llagostera

Red adscrita  CAT

Temas

Juventud, Mujeres, Hombres, Actividad física.

Descripción

HORARI 4RT TRIMESTRE

ACTIVITATS

OCTUBRE-NOVEMBRE-DESEMBRE



	Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous
7:00 - 7:50	CARDIO//GAC	CICLO	-----	ENTRENAMENT FUNCIONAL
8:15 - 9:05	CIRCUIT	HIPOS//TONO	MARXA NÒRDICA	CICLO
9:15 - 10:05	ACTIVACIÓ ADULTS	ENTRENAMENT FUNCIONAL	HIPOS//TONO	-----
15:30 - 16:20	CICLO	GIMNÀSTICA ADULTS	-----	GIMNÀSTICA ADULTS
16:30 - 17:20	CARDIO//GAC	GIMNÀSTICA ADULTS	PILATES CORE	GIMNÀSTICA ADULTS
17:30 - 18:20	ENTRENAMENT FUNCIONAL	CICLO	CARDIO//GAC	STEPS
18:30 - 19:20	CICLO	PILATES CORE	ENTRENAMENT FUNCIONAL	HIPOS//TONO
19:30 - 20:20	COREO	CIRCUIT	HIPOS//TONO	ENTRENAMENT FUNCIONAL

Población

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

Persona de contacto

Jose - Esports (605585361) (infoesports@llagostera.cat)

Entidad participante/colaboradora/promotora

Ajunatment Llagostera

Fecha de última actualización de la actividad

07/11/2024

Situación actual de la actividad

Activa

Gratuita

No

Localización

Avenida Esport, s/n s/n 17240 Llagostera Pavelló d'esports Llagostera Girona Catalunya España
Avenida esport s/n 17240 Llagostera Llagostera Girona Catalunya España



Página web del proyecto

<https://www.llagostera.cat/pagina.php?id=87>

Imagen de la Actividad

HORARI 4RT TRIMESTRE

ACTIVITATS

OCTUBRE-NOVEMBRE-DESEMBRE

Dilluns

Dimarts

7:00 - 7:50

CARDIO//GAC

CICLO

8:15 - 9:05

CIRCUIT

HIPOS//TONO

9:15 - 10:05

ACTIVACIÓ
ADULTS

ENTRENAMENT
FUNCIONAL

15:30 - 16:20

CICLO

GIMNÀSTICA
ADULTS

