

CARDIO BOX dm 19.30h

Red adscrita  CAT

Temas

Juventud, Escuela de salud, Salud mental/Bienestar emocional, Actividad física.

Descripción

Disciplina que combina els exercicis del fitness i la boxa, orientada a estar en forma. Augmenta la resistència, la força, l'agilitat i la coordinació. Activitat sense contacte. Cal dur roba còmoda, ampolla d'aigua i mitjons o calçat net per a l'activitat. Cal inscripció prèvia. Us podeu inscriure a l'activitat seguint l'enllaç que trobareu a continuació (Web).

Población

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

Persona de contacto

Centre Cívic Josep M. Trias i Peitx - Riera Blanca (93 448 04 99) (ccjosepmtriasipeitx@lleuresport.cat)

Entidad participante/colaboradora/promotora

Centre Cívic Josep M. Trias i Peitx - Riera Blanca

Fecha de última actualización de la actividad

03/10/2024

Situación actual de la actividad

Histórica

Gratuita

NS/NC

Localización

Riera Blanca 1-3 08028 Barcelona Barcelona Cataluña España



Fecha de la Actividad

De 02/04/2024 a 02/07/2024

Página web del proyecto

<https://inscripciones.ccrierablanca.com/MiramModular/buscador/buscador.jsp?g=1&c=45&a=7242>