

Activitats no incloses en la quota de soci

INICI	FINAL	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
17:30	18:25	A4 TAEKWONDO KIDS 1	A4 TAEKWONDO KIDS 2	A4 TAEKWONDO KIDS 1	A4 TAEKWONDO KIDS 2	
18:30	19:25		A4 TAEKWONDO CA 1		A4 TAEKWONDO CA 1	
19:00	19:55					A4 TAEKWONDO KICK
19:30	20:25	A4 TAEKWONDO KICK	A4 TKD JUV-ADULTS	A4 TAEKWONDO KICK	A4 TKD JUV-ADULTS	

TAEKWONDO:

És un sistema precís d'exercicis físics simètrics per a la defensa personal a mitja i llarga distància.

S'exercita el domini de la ment, l'autocontrol, la coordinació i l'equilibri.

Matrícula: 15€

Preu soci: 16,60€/ mes. 2 classes/ setmana

Preu no soci: 33,15€/ mes. 2 classes/ setmana

INICI	FINAL	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS
10:00	11:30	A5 IOGA		A5 IOGA	
19:05	20:35		A5 IOGA		A5 IOGA

IOGA:

Activitat en la qual es treballen exercicis de relaxació i respiració, per aconseguir un equilibri cos /ment.

Preu soci: 15,70€/ mes. 2 classes/ setmana

Preu no soci: 39,50€/ mes. 2 classes/ setmana