

ACTIVIDADES DEPORTIVAS MUNICIPAIS PARA MAIROS

DE 16 ANOS

TEMPADA 2024/25

XIMNASIO MUNICIPAL

[SALA FITNES](#)

DE LUNS A VENRES DE 8:00 HORAS A 22.00 HORAS

SABADOS DE 10:30 A 13:30 HORAS

[TONIFICACIÓN](#)

MARTES DE 10.00 A 10:45 E XOVES DE 20:00 A 20.45 HORAS.

[ZUMBA](#)

LUNS DE 10.00 A 10:45 E LUNS E MÉRCORES DE 21:00 A 21.45 HORAS.

[PILATES](#)

MÉRCORES DE 10.00 A 10:45 E LUNS E MÉRCORES DE 19:15 A 20.00 HORAS E DE 20:00 A 20.45 HORAS

[HIIT](#)

XOVES DE 10.00 A 10:45 E MARTES DE 20:00 A 20.45 HORAS.

[SPINNING](#)

MARTES E XOVES DE 21:00 A 21.45 HORAS.

[MANTEMENTO](#)

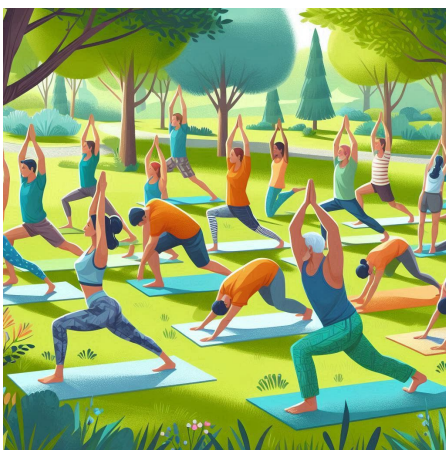
MARTES E XOVES DE 19:15 A 20.00 HORAS

INICIO DA ACTIVIDADE O 2 DE SEPTEMBRO



Requisitos: Estar ó corrente do pago da cota no Ximnasio Municipal.

Inscripcións: Na propia instalación do Ximnasio Municipal.



LOCAL SOCIAL DO PIÑEIRAL

[PIYOGA](#) OS MERCORES DE 18:00 A 19:00 HORAS

[ENTRENAMENTO FUNCIONAL](#) OS MERCORES DE 19:00 A 20:00 HORAS

[BODY BALANCE](#) OS VENRES DE 19:00 A 20:00 HORAS

[BAILES LATINOS](#) OS VENRES DE 20:00 A 21:00 HORAS

INICIO DA ACTIVIDADE DENDE O 2 DE OUTUBRO

Requisitos: Estar empadroados neste Concello e pagar a cota mensual (10 euros) que dará dereito a acudir ata dúas actividades distintas. Dita cota farase efectiva nos primeiros 5 días do mes e na propia instalación co persoal do centro.



Inscripcións: A través da páxina web do Concello www.sancibrao.es dende o 9 ao 23 de setembro.

Tlfn. información: 608275776