ACTIVITAT A COMA-RUGA

Diputació Tarragona

ESPORT POPULAR
CONSELL ESPORTIU BAIX PENEDÈS

d'octubre a juny
inscripcions amb el QR

DIMECRES (pavelló de Coma-ruga)

9:30-10:30h: Gimnàstica i mobilitat
10:45 - 11:45h: Circuit funcional i tono

DIVENDRES (pavelló de Coma-ruga)

9:30-10:30h: Circuit funcional i tono
10:45 - 11:45h: Gimnàstica i mobilitat

DISSABTE (platja del Riuet)

9:30-10:30h: Zumba
10:30 - 11:30h: Pilates

PREUS:

60+: 1h setmana: 5€/mes

per a menors de 60 anys:

- 1h/ setmana: 20€/mes
- 2h/setmana: 25€/mes
- 4h/setmana: 35€/mes
- 6h/setmana: 45€/mes

ACTIVITAT FÍSICA PER A MAJORS DE 16 ANYS

El Vendrell Ajuntament

el Vendrell ACTIVITAT FÍSICA, ESPORT i SALUT