



# PISCINA MUNICIPAL

-DEL 2 AL 26 DE AGOSTO

## GIMNASIA SUAVE

AL AIRE LIBRE

DÍAS: de lunes a jueves

TURNO 1: mañanas de 13.00 a 14.00 h

TURNO 2: tardes de 19.00 a 20.00 h

PARA JÓVENES Y ADULTOS: 30€ mes

Ejercicios respiratorios

Ejercicios para la espalda

Estiramientos, tonificación, etc

Clases impartidas por LAURA, la profesora de Stretching del Polideportivo Municipal