

# PILATEANDO

¿Quieres conocer en qué consiste el Pilates?  
¿Ya lo conoces? ¡Ven a practicar!

**MES  
DE  
JULIO  
2023**

|                             |                             |                       |                       |
|-----------------------------|-----------------------------|-----------------------|-----------------------|
| <b>Abadía</b>               | Miércoles 5,<br>12, 19 y 26 | De 9:30 a<br>10:30 h  | Pabellón<br>Municipal |
| <b>Aldeanueva<br/>del C</b> | Lunes 3, 10,<br>17 y 24     | De 10:00 a<br>11:00 h | Salón<br>Social       |
| <b>Casas del M</b>          | Martes 4, 11,<br>18 y 25    | De 10:20 a<br>11:20 h | Salón<br>Cultural     |
| <b>Gargantilla</b>          | Jueves 6, 13,<br>20 y 27    | De 10:00 a<br>11:00 h | Salón<br>Cultural     |
| <b>Segura de T</b>          | Martes 4, 11,<br>18 y 25    | De 9:00 a<br>10:00 h  | Colegio               |

NOTA: Las fechas del mes del agosto se confirmarán más adelante

Elige los días/municipios  
que mejor te vengan,  
pero avisa a través del whatsapp  
para confirmar que hay plazas libres  
Montse: 626512032

Necesaria  
esterilla  
o similar

ORGANIZA:



**DINAMIZACIÓN DEPORTIVA  
DE EXTREMADURA** #SOMOSDEPORTE



JUNTA DE EXTREMADURA  
DIRECCIÓN GENERAL DE DEPORTES