

MARTES Y JUEVES DE 20:30 A 21:30 H.

LUGAR: ZONA DEPORTIVA

PRECIO: 15 EUROS

FECHA: DEL 16 DE JULIO AL 27 DE AGOSTO

Nº SESIONES: 12

COMIENZO CURSO 16 JULIO

REALIZAR INGRESO EN LA C/C DEL AYUNTAMIENTO, RELLENAR FICHA DE INSCRIPCIÓN Y ENTREGARLA JUNTO AL RESGUARDO DE PAGO EN EL PABELLÓN ANTES DEL 11 DE JULIO

¿Qué es el entrenamiento funcional?

El entrenamiento funcional son ejercicios que integran todos los aspectos del movimiento humano y hacen mejorar la resistencia, fuerza, flexibilidad y velocidad; permiten consumir gran cantidad de energía en un corto periodo de tiempo y ayudan a desempeñar tareas de la vida cotidiana.

