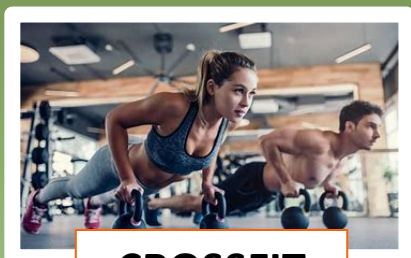


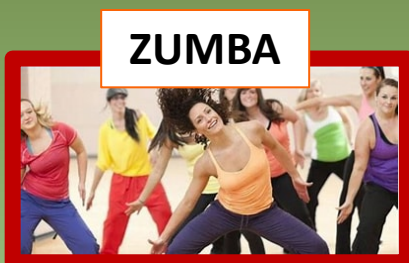


REDUEÑA PROACTIVA

Temp. 2023/24



CROSSFIT



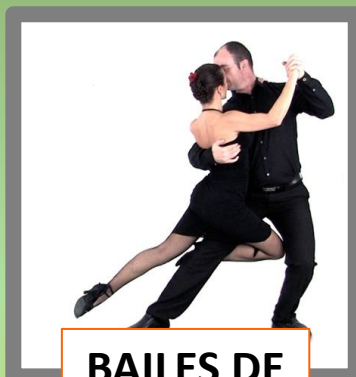
ZUMBA



PILATES



BOXEO



**BAILES DE
SALÓN**



**G. TERAPEUTICA
POSTURAL**

Inicio de curso, el 2 de octubre de 2023

PLAZAS LIMITADAS – Mayores de 16 años.

HORARIO SEMANAL - REDUEÑA PROACTIVA VII

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
GASTRONOMÍA Y SALUD- Alimentación Saludable (Lunes a Viernes)				
PROGRAMA Entrenamiento Activo	PROGRAMA Entrenamiento Consciente	PROGRAMA Entrenamiento Activo	PROGRAMA Entrenamiento Consciente	ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS
ZUMBA de 19'30 a 20'30 h.	PILATES de 19'30 a 20'30 h.	TOTAL TRAINING de 19'30 a 20'30 h.	GIMNASIA TERAPEUTICA de 19'30 a 20'30 h.	BAILES de SALÓN de 19'30 a 20'30 h.
GAP 20'30 a 21'00 h.	MASAJES 20'30 a 21'00 h.	STRETCHING 20'30 a 21'00 h.	RELAJACIÓN/MEDITACIÓN 20'30 a 21'00 h.	BOXEO 20'30 a 21'30 h.

Temporada 2023-24

+ Información e Inscripciones, en el Ayuntamiento de Redueña