

# **REUNIÓN INFORMATIVA PARA ACTIVIDADES EN LA PUEBLA DE ARGANZÓN DEL CURSO 2014-15.**

**LUGAR: EL SILO**

**DIA Y HORA: 20 JUNIO - 19:30 h. Y**

**21 DE JUNIO - 12:30 h**

ENTRENADOR Y MONITOR CON TITULACIÓN Y EXPERIENCIA DE MAS DE DIEZ AÑOS EN ACTIVIDADES FÍSICAS, HARÁ LA PRESENTACIÓN DE NUEVAS ACTIVIDADES PARA EL CURSO QUE VIENE.

## **ORDEN DEL DÍA y PROPUESTA DE ACTIVIDADES Y DE HORARIOS:**

Viernes 20 a las 19:30 h y Sábado 21 a las 12:30 h.

ORGANIZAR A LOS PEQUEÑOS DE LA CASA. 4 DIAS SEMANALES.

TXIKIEKIN EUSKARAZ EGITEKO INONGO ARAZORIK. (JUDO, PSICO, MULTIDEPORTE,...)

Horario de las clases: Iniciación judo L-J 17:30 – Multideporte M o V-X 17:30

Viernes 20 a las 20:00 h y Sábado 21 a las 13:00 h.

ORGANIZAR LA ACTIVIDAD DE PILATES. DOS NIVELES Y CUATRO DIAS.

Horario de las clases: Pilates II L19:15/X19:15 Pilates I M19:30/J 18:30

Viernes 20 a las 20:30 h y Sábado 21 a las 13:30 h.

PLANTEAR LA ACTIVIDAD DE CONDICIÓN FÍSICA BASADO EN TRABAJO FUNCIONAL.

CROSSFIT, TABATA Y BOAT CAMP. Propuesta de horario. M – J 21:00

Viernes 20 a las 21:00 h. y Sábado 21 a las 14:00 h.

RUEGOS, PREGUNTAS, DUDAS, APORTACIONES.

**OTRAS OPCIONES:** MUSCULACIÓN, INICIACIÓN AL RUNNIG, 3ª EDAD Y ENTRENAMIENTOS PERSONALES.

EN CASO DE NO PODER ASISTIR, TUVIERAS INTERÉS O ALGUNA DUDA, PONTE EN CONTACTO:

**RUBÉN 644 266 939**

El precio de las actividades es de 30 euros al mes, grupo mínimo 10 personas