



ACTIVITATS PER A ADULTS

2017-2018



NATACIÓ

Programa d'entrenament a l'aigua on es treballa la tècnica d'estils a partir del nivell de cada persona.

HORARI	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
9.15-10.15		●		●	
19.00-20.00					●
20.00-21.00			●		
20.30-21.30	●				

TRIATLÓ DE COMPETICIÓ

Programa d'una hora i mitja dedicat a la tècnica de les tres disciplines que es treballen en aquest esport (natació, ciclisme i running). Es realitzen programacions i planificacions personalitzades.

HORARI	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
19.00-20.30				● *	
19.30-21.00	●				

* Pista d'atletisme de Sant Cugat

PREUS MENSUALS

ACTIVITAT	1 DIA/SET	2 DIA/SET	3 DIA/SET
Natació Socis amb Quota d'activitat dirigida	Q+11,87 €	Q+23,74 €	Q+35,61 €
Natació Socis amb Quota de Piscina, Fitness o Pàdel	Q+25,54 €	Q+51,09 €	Q+76,64 €
Triatló competició Socis amb Quota activitat dirigida (tarda-jove)		Q+23,74 €	

IMPORTANT: Per poder realitzar les activitats, és indispensable fer-se soci del Complex.

DEVOLUCIONS: Només es tramitarà la devolució sota justificació i acreditació mèdica.

INSCRIPCIONS I PAGAMENTS: El primer mes s'ha d'abonar a la recepció del Complex. La resta de pagaments es domiciliaran al compte que ens indiqueu.