



URRETXU : ALDIRI KIROLDEGIA 2018

Kirol Ikastaroak 2018 // Cursos Deportivos 2018

4. HIRUHILABETEA // 4º Trimestre: Irailak 19 - Abenduak 21 // 19 Setiembre - 21 de Diciembre

IKASTAROAK Cursos	Astelehena Lunes	Asteartea Martes	Asteazkena Miercoles	Osteguna Jueves	Ostirala Viernes	ORDUTEGIA Horario	ABONADO	NO ABONADO	Inscripcion	
							Hil.-Mes /Trim.	Hil.-Mes/Trim.	MIN	MAX
ERRITMIKA GIM.		X		X		17:00 – 18:00	17.85 € / 53.55 €	29.65 € / 88.95 €	25	40
		X		X		18:00 – 19:00	17.85 € / 53.55 €	29.65 € / 88.95 €	25	40
		X		X		19:00 – 20:00	17.85 € / 53.55 €	29.65 € / 88.95 €	25	40
ZUMBA		X		X		9:00 -10:00	30.80 € / 92.40 €	36.75 € / 110.25 €	10	16
	X		X			11:00 – 12:00	30.80 € / 92.40 €	36.75 € / 110.25 €	10	16
	X		X			15:00 – 16:00	30.80 € / 92.40 €	36.75 € / 110.25 €	10	16
	X		X			18:00 -19:00	30.80 € / 92.40 €	36.75 € / 110.25 €	10	16
	X		X			20:00 -20:45	22.55 € / 67.65 €	30.80 € / 92.40 €	10	16
PILATES		X		X		8:00 – 9:00	30.80 € / 92.40 €	36.75 € / 110.25 €	8	15
	X		X		X	9:00 – 10:00	36.75 € / 110.25 €	45.10 € / 135.30 €	8	15
	X		X		X	10:00 – 11:00	36.75 € / 110.25 €	45.10 € / 135.30 €	8	15
	X	X		X		15:00 – 16:00	30.80 € / 92.40 €	36.75 € / 110.25 €	8	15
	X	X	X		X	18:00 – 19:00	36.75 € / 110.25 €	45.10 € / 135.30 €	8	15
		X		X		17:00 – 18:00	30.80 € / 92.40 €	36.75 € / 110.25 €	8	15
	X	X		X		18:00 – 19:00	30.80 € / 92.40 €	36.75 € / 110.25 €	8	15
3.ADINEKO GIM / GIM 3ª EDAD		X		X		11:00-12:00	17.85 € / 53.55 €	23.75 € / 71.25 €	10	18
GIM.MANTENIMIENTO	X		X		X	9:00 – 10:00	22.55 € / 67.65 €	34.40 € / 103.20 €	10	18
	X		X		X	10:00 – 11:00	22.55 € / 67.65 €	34.40 € / 103.20 €	10	18
		X		X		15:00 – 16:00	17.85 € / 53.55 €	29.65 € / 88.95 €	10	18
TOTAL TRAINING	X		X			17:00 – 18:00	30.80 € / 92.40 €	36.75 € / 110.25 €	8	15
CORE	X		X			20:00 – 21:00	30.80 € / 92.40 €	36.75 € / 110.25 €	8	15
GAZTEBIKE		X		X		17:00 - 18:00	36.75 € / 110.25 €	42.70 € / 128.10 €	10	16
CICLOINDOR		X		X		9:00 – 10:00	36.75 € / 110.25 €	42.70 € / 128.10 €	10	16
	X		X			15:00 - 16:00	36.75 € / 110.25 €	42.70 € / 128.10 €	10	16
		X		X		19:00 – 20:00	36.75 € / 110.25 €	42.70 € / 128.10 €	10	16
		X		X		20:30 – 21:30	36.75 € / 110.25 €	42.70 € / 128.10 €	10	16
CICLO+POWER	X		X			18:30-20:00	42.70 € / 128.10 €	54.60 € / 163.80 €	10	16
	X		X			20:00-21:30	42.70 € / 128.10 €	54.60 € / 163.80 €	10	16
POWER + GAP		X		X		20:00-21:00	36.75 € / 110.25 €	42.70 € / 128.10 €	10	15
		X		X		20:00-21:00	36.75 € / 110.25 €	42.70 € / 128.10 €	10	15
TRX	X		X		X	8:00-9:00	36.75 € / 110.25 €	45.10 € / 135.30 €	8	14
					X	15:00-16:00	17.85 € / 53.55 €	23.75 € / 71.25 €	8	14
		X		X		17:00 -18:00	30.80 € / 92.40 €	36.75 € / 110.25 €	8	14
		X		X		18:00-19:00	30.80 € / 92.40 €	36.75 € / 110.25 €	8	14
		X		X		19:00-20:00	30.80 € / 92.40 €	36.75 € / 110.25 €	8	14
MUSCULACION	X	X	X	X	X	MUSCULACION		30.85 € / Mes		
PLAN PREP. PERSONAL						MUSCULACION	11.85 €	11.85 €		

Informazioa eta izen emateak/ Información e inscripciones : Tf. 943 038092

IKASTARO BERRIAK / Nuevos cursos

Ikastaroen izen ematea hiruhilekoa izango da // La inscripción a los cursos será trimestral