

AFI

PROGRAMA D'ALTA INTENSITAT

CURS 26-27

SUPERA ELS TEUS LÍMITS



PUMP



AEROLATINOS



FITCROSS



COMBAT



FUNCIONAL

Entrenaments dinàmics i motivadors per a millorar la teua força, resistència i condició física. **Tria la teua classe i entrena al teu ritme!**



PAVELLÓ JOSÉ VERAL

	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
9:30	PUMP	AEROLATINOS	FITCROSS	COMBAT	FUNCIONAL
10:30	—	FUNCIONAL	—	PUMP	—
15:30	AEROLATINOS	FUNCIONAL	PUMP	COMBAT	—
19:30	FUNCIONAL	—	AEROLATINOS	—	PUMP
19:45	—	FITCROSS	—	FITCROSS	—
20:30	COMBAT	—	PUMP	—	—



CASA DE LA JUVENTUT

	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
9:30	FUNCIONAL	COMBAT	PUMP	FUNCIONAL	AEROLATINOS
15:30	COMBAT	PUMP	FUNCIONAL	AEROLATINOS	—
18:30	AEROLATINOS	—	COMBAT	PUMP	—
19:30	PUMP	FUNCIONAL	—	AEROLATINOS	—

**ENTRENA AMB INTENSITAT,
GAUDEIX DELS RESULTATS.**

TU POTS!

L'empresa es reserva el dret de realitzar canvis.



AJUNTAMENT DE SAGUNT
REGIDORIA D'ESPORTS