



ACTIVIDADES FISICAS DIRIGIDAS 2018-2019

ACTIVIDAD	INSTALACION	DIAS	HORARIOS	TARIFAS
Gimnasia de mantenimiento	Polideportivo Piedras Blancas	Lunes a viernes	10:00 a 11:00	48,34 €/trimestre
			11:00 a 12:00	
			16:00 a 17:00	
		Lunes, miércoles, jueves	20:00 a 21:00	32,43€/trimestre
	Polideportivo Salinas	Lunes, miércoles, viernes	18:30 a 19:30	32,43 €/trimestre
	CP. Castillo Gauzón. Raíces Nuevo	Lunes:19 h – Miércoles:18'30 h – Jueves: 17:45 h	32,43 €/trimestre	
Aeróbic	Polideportivo Piedras Blancas	Lunes a viernes	10:00 a 11:00	48,34 €/trimestre
		Lunes, miércoles, jueves	19:00 a 20:00	32,43 €/trimestre
Gerontogimnasia	Polideportivo Piedras Blancas	Lunes, miércoles, viernes	12:00 a 13:00	32,43 €/trimestre
	Biblioteca Salinas	Lunes, martes, jueves	12:00 a 13:00	
Yoga	Piscina Municipal Castrillón	Martes, jueves	17:15 a 18:45	32,43 €/trimestre
	Biblioteca Salinas		19:30 a 21:00	
Actividad física juvenil (hasta 18 años)	Polideportivo Piedras Blancas	Lunes, miércoles, jueves	17:00 a 18:00	32,43 €/trimestre
Pilates	Piscina Municipal Castrillón	Lunes, martes, jueves	12:00 a 13:00	24,23 €/mes
			18:00 a 19:00	
		Lunes, miércoles, viernes	19:00 a 20:00	
			20:00 a 21:00	
		21:00 a 22:00		
	Biblioteca Salinas	Lunes, miércoles, viernes	20:00 a 21:00	



Ciclo indoor	Piscina Municipal Castrillón.	Martes y jueves	19:00 a 19:45	18,02 €/mes
			20:00 a 20:45	
Musculación (uso libre del gimnasio en horario de apertura de la instalación)	Piscina Municipal Castrillón	Lunes, horario monitor/a (Solicitar esta información en las instalaciones de la Piscina Municipal o en el teléfono 985 53 20 11)		<u>1 sesión:</u> 2,05 € <u>bono 60:</u> 51,10 € <u>bono 40:</u> 41,23 € <u>bono 20:</u> 25,58 € <u>bono 10:</u> 15,34 € <u>bono 5:</u> 8,94 €