



ACTIVIDADES FISICAS DIRIGIDAS 2017-2018

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	
			20:00 a 21:00	
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
			19:00 a 20:00	
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, viernes	18:00 a 19:00	32,43 €/trimestre
Pilates	Piscina Municipal Castrillón	Lunes, martes, jueves	12:00 a 13:00	24,23 €/mes
		Lunes, miércoles, viernes	18:00 a 19:00	
			19:00 a 20:00	
			20:00 a 21:00	
	Biblioteca Salinas	Lunes, miércoles, viernes	21:00 a 22:00	
			20:00 a 21:00	



ACTIVIDAD	INSTALACION	DIAS	HORARIOS	TARIFAS
Ciclo indoor	Piscina Municipal Castrillón.	Martes y jueves	10:15 a 11:00	18,02 €/mes
			19:00 a 19:45	
			20:00 a 20:45	
			21:00 a 21:45	
Musculación (uso libre del gimnasio en horario de apertura de la instalación)	Piscina Municipal Castrillón	Lunes, horario monitor/a		1 sesión: 2,05 €
		Martes, horario monitor/a		bono 60: 51,10 €
		Miércoles, horario monitor/a		bono 40: 41,23 €
		Jueves, horario monitor/a		bono 20: 25,58 €
		Viernes, horario monitor/a		bono 10: 15,34 € bono 5: 8,94 €
Masaje deportivo	Piscina Municipal Castrillón	De lunes a viernes	Horario de tarde	17,85 €/sesión