

# ANY NOU, VIDA NOVA!

# Nous paquets trimestrals!



Si vens durant el mes de gener, et  
regalem un entrenament personal!

Apunta't al fitness  
del CNSA! Ara, amb  
el paquet trimestral,  
estalviaràs i et  
posaràs en forma!

## Tria la teva franja horària:

Matí, migdia,  
tarda o nit

**-10%**  
DESCOMpte

TOTAL

**-25%**  
DESCOMpte

## ATRAPA ELS TEUS OBJECTIUS!

Consulta condicions a recepció.



CLUB NATACIÓ  
**SANT ANDREU**

# ACTIVITATS FITNESS

A partir de dilluns 7 de gener

MATÍ

MIGDIA

TARDA

NIT

INICI - FINAL	SALA	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
7.10 - 7.55 h	S3					
7.10 - 7.55 h	CYCLING		CICLISME INDOOR		CICLISME INDOOR	
8.00 - 8.50 h	S1	SENIOR FIT *	POWER PUMP	SENIOR FIT *	FUNCIONAL TRAINING	TONIFICACIÓ
9.00 - 9.50 h	S1		SENIOR FIT *		SENIOR FIT *	AEROBIC
	CYCLING		CICLISME INDOOR			
10.00 - 10.50 h	S1	PILATES	SENIOR FIT *	TONIFICACIÓ	SENIOR FIT *	ESTIRAMENTS
	S2		HATHA IOGA			
11.00 - 11.50 h	S1	SENIOR FIT *	SENIOR FIT *	SENIOR FIT *	SENIOR FIT *	
	S2				STRONG by	
14.30 - 15.15 h	S1				STRONG by	
	CYCLING	CICLISME INDOOR		CICLISME INDOOR		CICLISME INDOOR
15.30 - 16.15 h	S3	FUNCIONAL TRAINING		FUNCIONAL TRAINING		FUNCIONAL TRAINING
	S1	PILATES	POWERPUMP		AEROBIC	
17.10 - 18.00 h	S2	MINI ZUMBA *		MINI ZUMBA *		MINI ZUMBA *
	S1	GAC	AEROBIC	PILATES		PILATES
18.10 - 19.00 h	S2	MINI ZUMBA	GAC	HATHA IOGA		HATHA IOGA
	S3		FUNCIONAL TRAINING	FUNCIONAL KIDS *	FUNCIONAL TRAINING	
	CYCLING	CICLISME INDOOR			CICLISME INDOOR	
19.10 - 20.00 h	S1	TONIFICACIÓ	STRONG by	TONIFICACIÓ		STEP
	S2	PILATES		ESTIRAMENTS	POWERPUMP	PILATES
	S3				THAI BOXING	
	CYCLING	CICLISME INDOOR	CICLISME INDOOR	CICLISME INDOOR	CICLISME INDOOR	CICLISME INDOOR
20.10 - 21.00 h	S1	ABS ESTIRAMENTS	PILATES	GIRLS FIT	GAC	ESTIRAMENTS
	S2	TONIFICACIÓ	MANTENIMENT		MANTENIMENT	
	S3		THAI BOXING			
	CYCLING	CICLISME INDOOR	CICLISME INDOOR	CICLISME INDOOR	CICLISME INDOOR	CICLISME INDOOR
21.10 - 21.55 h	S3					
	CYCLING	CICLISME INDOOR		CICLISME INDOOR		CICLISME INDOOR

- Activitats cardio intensitat mitja
- Activitats cardio d'intensitat alta
- Activitats muscular d'intensitat baixa
- Activitats muscular d'intensitat mitja
- Activitats muscular d'intensitat alta
- Activitat mixta muscular/cardio d'intensitat alta



## Condicions:

- Oferta vàlida exclusivament per altes noves en les activitats dirigides de fitness.
- S'abonarà el cost dels tres mesos en el moment de donar-se d'alta, en efectiu o targeta bancària a les oficines del Club de forma anticipada.
- En cap cas es retornaran els diners abonats.
- Es realitzarà el 10% de descompte en les franges del matí, migdia, tarda i nit. I es realitzarà el 25% de descompte en la franja de tot el dia.
- Quan finalitzi l'oferta els rebuts es domiciliaran de forma automàtica en el compte facilitat per la persona inscrita amb el preu regular.
- Les baixes hauran de notificar-se amb 10 dies d'antelació al venciment del trimestre.