

ACTIVIDADES 2023 -2024

	ACTIVIDADES ADULTOS									
	SON MOIY	SON HUGO	GERMANS ESCALAS	XAVI TORRES	RUDY FERNÁNDEZ	EXTERIORS	S'ESTEL	SON ROCA	TONI SERVERA	MARGA CRESPI
Aquaqvm	PAD	PAD	PAD				PAD			
Aquasalud										
Abdominales/estiramientos			PAD				PAD			
Cardiotono							PAD			
Acondicionamiento físico							PAD			
Entrenamiento en circuito	PAD		PAD							
Entrenamiento en suspensión		PAD								
Entrenamiento funcional		PAD					PAD			
Estiramientos	PAD		PAD				PAD			
Fit dance	PAD		PAD				PAD			
Fitness										
GAP	PAD		PAD				PAD			
Gimnasia integral		PAD								
Gimnasia suave			PAD							
HCF	PAD									
HIIT		PAD								
Mantenimiento	PAD	PAD	PAD				PAD			
Natación										
Natación combinada										
Natación correctiva										
Natación entrenamiento										
Natación parto y postparto										
Pilates	PAD	PAD	PAD				PAD			
PROGRAMA PAD										
Taichí	PAD	PAD					PAD			
Tenis										
Yoga	PAD	PAD	PAD				PAD			

