

Gimnàstica de manteniment

del
4
de juliol
fins al
26
d'agost
de 2022

📍 Platja de la Paella de Torredembarra

🕒 de dilluns a divendres, de 8 a 10 h

HORARI	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
8 h	Tonificació	Pilates	Kundalini yoga	Tonificació	Esquena Sana
9 h	Flexibilitat	Tonificació	Hipopressius	Pilates	Vinyasa flow yoga

Zumba: els DIVENDRES a les 20 h (davant La Casona de Turisme).

Zumba: NOCTURNA DISSABTE 6 d'agost, a les 22 h (davant La Casona de Turisme).

El 15 de juliol i el 15 d'agost, no es farà l'activitat.

L'organització es reserva el dret de suspendre les classes amb motiu d'inclèmències meteorològiques que dificultin realitzar l'activitat.



Material

necessari per a les classes

Tovallola gran
Roba còmoda i transpirable
(pot ser biquini o banyador)

Gorra

Crema protectora
Aigua o beguda isotònica
Ulleres de sol



MESURES COVID-19

Es mantindran les mesures de seguretat sanitària que siguin vigents en cada moment.

 Ajuntament de Torredembarra
Regidoria d'Esport



regidoria.esport.torredembarra



esporttorredembarra



@esportTDB



@AjTorredembarra

esport@torredembarra.cat

Tel. 977 95 86 46

www.torredembarra.cat