

PROGRAMA MUNICIPAL ACTIVIDADES FÍSICAS

ADULTOS 2024/25

AYUNTAMIENTO DE
PORTILLO



www.portillo.es

GIMNASIA DE MANTENIMIENTO 1

lunes, miércoles y viernes
de 11:30 a 12:30 h.

Juego de Pelota
Portillo

50 € / CUATRIMESTRE

GIMNASIA DE MANTENIMIENTO 2

lunes, miércoles y viernes
de 10:15 a 11:15 h.

Escuelas Plaza de Toros
Arrabal

50 € / CUATRIMESTRE

CARDIO Y ENTRENAMIENTO FUNCIONAL

lunes, miércoles y viernes
20:30 h.

Polideportivo

50 € / CUATRIMESTRE

YOGA

martes y jueves
de 16:30 a 17:30 h.
Escuelas Plaza de Toros
Arrabal

60 € / CUATRIMESTRE

ZUMBA

martes y jueves
de 20 a 21 h.

Juego de Pelota
Portillo

60 € / CUATRIMESTRE

FITNESS EXTREME

martes y jueves
18 h.

Juego de Pelota
Portillo

28 € / MES

Inscripciones: Silvia 692 104 254

HIPOPRESIVOS

lunes y jueves
9:15 h.

Escuelas Plaza de Toros
Arrabal

28 € / MES

Inscripciones: Silvia 692 104 254

KANGOO-JUMPS

miércoles
20:15 h.

viernes
19 h.

Juego de Pelota
Portillo

51 € / TRIMESTRE

Inscripciones: Silvia 692104 254

i INFORMACIÓN E INSCRIPCIONES:

INSCRIPCIONES PARA FITNESS EXTREME, HIPOPRESIVOS Y KANGOO-JUMPS: Silvia 692 104 254.

- EN LAS OFICINAS MUNICIPALES DEL 17 AL 27 DE SEPTIEMBRE DE 9 A 14 H.
 - EN LA CASA DE LA VILLA DEL DISTRITO 1º LOS VIERNES 20 Y 27 DE 10 A 13 H.
- LOS GRUPOS QUE NO TENGAN UN NÚMERO MÍNIMO DE PARTICIPANTES PODRÁN SER CANCELADOS.

EL CURSO EMPEZARÁ
EL 1 DE OCTUBRE Y
TERMINARÁ EL 30 DE MAYO.
(3 FEBRERO EMPIEZA
SEGUNDO CUATRIMESTRE)