



Programas Reeduación Postural

Osasun Programa eta Jarrera Berreziketa

SPA &
SPORT

ITAROA
HUARTE - UHARTE

INSCRIPCIONES: DEL 19 AL 30 DE ABRIL

CURSOS: DEL 5 DE MAYO AL 30 DE JUNIO



PROGRAMA PILATES MAQUINA TERAPEUTICA Y REEDUCACIÓN POSTURAL

L y X - 17:30-18:15 / M y J - 08:15-09:00
Miércoles - 10:45-11:30 / Sábados - 11:45-12:30

PILATES MAKINA PROGRAMA TERAPEUTIKOA ETA JARRERA-BERREZIKETA

AL eta AZ 17:30-18:15 / AS eta OG 8:15-9:00
Asteazkena 10:45-11:30 / Larunbata 11:45-12:30

1 sesion semanal - ABONADO/A -77,00€ | NO ABONADO/A - 108,00€
2 sesiones semanales - ABONADO/A -154,00€ | NO ABONADO/A - 216,00€
Astean saio 1 - ABONATUA -77,00€ | EZ ABONATUTA - 108,00€
Astean 2 saio - ABONATUA -154,00€ | EZ ABONATUTA - 216,00€

ATE IREKI JARDUNALDIA

JORNADA PUERTAS ABIERTAS

APIRILAREN 23, ASTELEHENA | LUNES 23 DE ABRIL

ORDUTEGIA HORARIO	JARDUERA ACTIVIDAD
18:15-19:00	HIPOPRESIVOS

APIRILAREN 25, ASTEAZKENA | MIÉRCOLES 25 DE ABRIL

ORDUTEGIA HORARIO	JARDUERA ACTIVIDAD
10:45-11:30	PILATES MAQUINAS
18:15-19:00	PILATES MAQUINAS

APIRILAREN 28, LARUNBATA | SÁBADO 28 DE ABRIL

ORDUTEGIA HORARIO	JARDUERA ACTIVIDAD
10:15-11:00	PILATES MAQUINAS
11:00-11:45	HIPOPRESIVOS

IZEN EMATEAK: APIRILAK 19 ETA 30 BITARTE

IKASTAROAK: MAIATZA 5 ETA EKAINA 30 BITARTE



PROGRAMA HIPOPRESIVOS FORTALECIMIENTO SUELO PÉLVICO

L y X - 18:15-19:00
Sábado - 11:00-11:45

HIPOPRESIBO PROGRAMA ZORU PELBIKOAREN INDARTZEA

AL eta AZ 18:15-19:00
Larunbata 11:00-11:45

1 sesion semanal -ABONADO/A -44,00€ | NO ABONADO/A - 62,00€
2 sesiones semanales - ABONADO/A -88,00€ | NO ABONADO/A - 124,00€
Astean saio 1 - ABONATUA -44,00€ | EZ ABONATUTA - 62,00€
Astean 2 saio - ABONATUA -88,00€ | EZ ABONATUTA - 124,00€