

JUEVES

1940 BODY PUMP 1

2130 BODY STEP 1

2130 BODY PUMP 1

DURACIÓN = 45 MIN

3 Nº SALA

1940 BODY PUMP 1

PRIMER DÍA

DURACIÓN = 45 MIN

**SUAVES
CICLO
FUERZA
COREO
ACUÁTICA
3 N° SALA**

RESERVA DESDE NUESTRA APP

CON LA **CUOTA FAMILIAR**, LOS PEQUES DISFRUTAN DE HORAS GRATIS DE LUDOTECA CADA MES, Y MUCHAS CLASES JUNIOR ADAPTADAS A CADA EDAD. PUEDES **RESERVAR** TU PLAZA EN LA APP DE RESERVAS CON EL PERFIL DEL NIÑO. ES **OBLIGATORIO** QUE CADA NIÑO ACCEDA AL CENTRO Y A LA CLASE CON SU **CARNET FAMILIAR O JUNIOR**. PARA ENTREGAR Y RECOGER A LOS NIÑOS, INTENTAD RESPETAR LOS **HORARIOS** DE CAMBIOS DE CLASE.



NINJA FITNESS (4-9 años)



ninja de AGUA

AUMENTA TU REGENERACIÓN:
BALANCE: coreo de yoga
PILATES: ejercicios posturales
ACROSPORT: equilibrio en grupo



ninja de FUEGO

AUMENTA TU FORTALEZA:
HBX MOVE: Clases con TRX en suspensión para entrenar escalada
MINI PUMP: Pesas a ritmo de la música



ninja de RAYO

AUMENTA TU VELOCIDAD:
MINI BAILE: aprende bailes sencillos
MINI JUMP: Coreo en mini trampolines



ninja de VIENTO

AUMENTA TU AGILIDAD:
CIRCUITO: postas de agilidad
DEPORTES: partidos por equipos
JUEGOS: adaptación de j. populares



ninja de TIERRA

AUMENTA TU PROTECCIÓN:
MINI BOXING: Clases con mini saco de boxeo sin contacto con otros
COMBAT: coreo de artes marciales

LUNES

SALA

- 1720 **COMBAT** 7
- 1810 **MINI PUMP** 7
- 1900 **MINI JUMP** 6
- 1950 **CIRCUITO** 7

MARTES

SALA

- 1720 **JUEGOS** 7
- 1810 **ACROSPORT** 6
- 1900 **MINI BAILE** 6
- 1950 **COMBAT** 6

MIÉRCOLES

SALA

- 1720 **CIRCUITO** 7
- 1810 **DEPORTES** 7
- 1900 **ACROSPORT** 6
- 1950 **MINI JUMP** 6

JUEVES

SALA

- 1720 **MINI BAILE** 3
- 1810 **HBX MOVE** 3
- 1900 **MINI BOX** 3



SE HARÁ ENTREGA DE UN CARNET DE NINJA A CADA NIÑO, Y CADA VEZ QUE COMPLETE UNA CLASE PORTÁNDOSE BIEN Y CUMPLIENDO LOS OBJETIVOS, SE LE IMPODRÁ UNA NUEVA ESTRELLA PEGATINA. SI ALCANZA LAS 10 ESTRELLAS EN UN TIPO DE NINJA, LE ENTREGAREMOS UNA CHAPA PARA QUE PUEDA LUCIR SU LOGRO.



DURACIÓN DE LAS CLASES = 30 MIN DE ENTRENO + 15 MIN DE JUEGOS+5 MIN CAMBIO

FINAL CLASES A LAS 19,45 HORAS

CHIQUI (1,5-3 años)

LUNES

SALA

- 1900 **chiqui MOTRIX** 5

MARTES

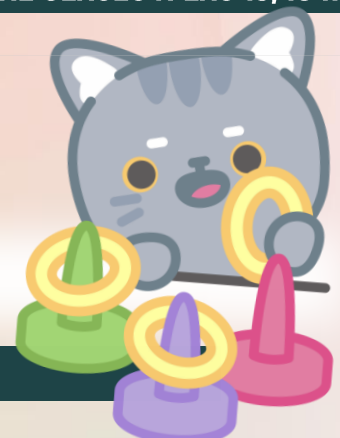
SALA

- 1900 **chiqui MOTRIX** 5

MIÉRCOLES

SALA

- 1900 **chiqui MOTRIX** 5



DURACIÓN DE LAS CLASES = 45 MIN

FINAL CLASES A LAS 19,45 HORAS

JUNIOR (10-13 años)

PARA ASISTIR A ESTAS CLASES DEBE ESTAR ACOMPAÑADO DE UN ADULTO, Y PARA CICLO DEBE MEDIR AL MENOS 1.5m Y PARA ACUÁTICAS AL MENOS 1,3m

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

- 0920 **BODY COMBT** ①
- 1100 **ZUMBA** ①
- 1240 **BODY PUMP** ①
- 1100 **BODY COMBT** ①
- 1150 **BODY STEP** ①
- 1720 **ZUMBA** ③
- 1720 **BODY STEP** ①
- 1720 **CICLO** ②
- 1720 **PILATES** ③
- 1810 **ZUMBA** ①

DURACIÓN DE LAS CLASES = 45 MIN

CARNET
OBLIGATORIO

elPerú
CÁCERES WELLNESS

PASA SIEMPRE TU CARNET DE CUOTA A LA ENTRADA DE LA CLASE, Y NO OLVIDES PEDIR TU PEGATINA DE ESTRELLA AL FINALIZAR CADA CLASE PARA TU CARNET DE NINJA, Y PODER GANAR TUS CHAPAS



¿más info de cuota familiar?

