



2018

 **POLIESPORTIU
RUDY FERNÁNDEZ**

Informació i inscripció
971 28 18 70 ext. 4702-03

imerudyfernandez@ime.palma.cat

De dilluns a dijous de 8 a 14.30 h
Divendres de 8 a 13.30 h

www.imepalma.es



Ajuntament de Palma

GIMNÀSTICA

Edat: a partir de 15 anys

Duració: 60 min. per classe



FITNESS

Dies i horari: dl.-dc.-dv. 9.30 h



MANTENIMENT

Dies i horari: dl.-dc.-dv. 10.30 h

CONDICIONAMENT FÍSIC

Dies i horari: dt.-dj. 19.45 h



PILATES

Edat: a partir de 15 anys

Duració: 60 min. per classe

Dies i horari:

3 sessions setmanals: dl.-dc.-dv.
11.30 / 19.30 h

2 sessions setmanals: dt.-dj.
9.30 h / 10.30 h / 18.45 h

Preus GIMNÀSTICA i PILATES:

no abonat/empadronat
2 sessions 33€ / 3 sessions 40€



YOGA

Edat: a partir de 15 anys

Duració: 90 min. per classe

Dies i horari: dt.-dj. 11.30 h

Preu: no abonat/ empadronat 40 €

(NORMATIVA i DESCOMPTES a DARRERA)



NATACIÓ CORRECTIVA

S'ha de saber nedar

Edat: a partir de 12 anys

Duració: 45 min. per classe

Dies i horari: dt.-dj. 9.15 h / 19.45h
dl.-dc.-dv. 19.45 h



NATACIÓ

Edat: a partir de 15 anys

Duració: 45 min. per classe

Dies i horari:

3 sessions setmanals: dl.-dc.-dv.
9.15 h / 10.45 h / 19.45 h / 20.30 h

2 sessions setmanals: dt.-dj.
9.15 h / 11.30 h / 15.45 h / 19.45 h



AQUAGYM

Edat: a partir de 15 anys

Duració: 45 min. per classe

Dies i horari:

3 sessions setmanals: dl.-dc.-dv.
8.30 h / 10 h / 11.30 h / 12.15h

2 sessions setmanals: dt.-dj.
8.30 h / 10 h / 10.45 h / 20.30 h



AQUASALUT

Edat: a partir de 50 anys

Duració: 45 min. per classe

Dies i horari: dt.-dj. 12.15 h

Preus activitats PISCINA:

no abonat / empadronat
2 sessions 36 € / 3 sessions 40 €