

## PREU ABONAMENT MESUAL

### QUOTES PER PERSONA

ABONAMENT ADULT (a partir de 18 anys)	38,00 €
ABONAMENT FAMILIAR (a partir de 18 anys)	33,00 €
ABONAMENT FAMILIAR (menors de 18 anys)	22,50 €
ABONAMENT HORARI REDUÏT De dl a dv de 9 h a 13 h / ds i dg en tot l'horari de la instal·lació	26,50 €
ABONAMENT DE 8 SESSIONS MENSUALS	27,00 €
ABONAMENT NENS (6-18 anys), JUBILATS I DISCAPACITATS	26,50 €
ABONAMENT ATURATS	26,00 €
ABONAMENT PER COSSOS DE SEGURETAT	27,00 €
ESTIU (JULIOL/AGOST) QUOTA MENSUAL Només per als abonaments que es facin en aquests mesos.	45,00 €
ABONAMENT ANUAL	360,00 €
MATRÍCULA La matrícula serà gratuïta el primer cop que un abonat s'hi inscriuï. En el cas de donar-se'n de baixa i voler tornar abans de sis mesos, haurà de pagar els 30 € de matrícula.	30,00 €
QUOTA DE MANTENIMENT	5,00 €
PÈRDUA DEL CARNET	10,00 €

Us recordem que amb una única quota podreu gaudir d'una àmplia oferta de més de **100 activitats** dirigides a tots els públics: PILATES, AIGUAGIM, ZUMBA, IOGA, CICLO-INDOOR, TONO, BODY-POWER, STRECHING, DANSA DEL VENTRE...

## PREUS entrada i abonaments

- ADULT  
1 ENTRADA DIA: 6,00 € 5 SESSIONS: 25,50 € 10 SESSIONS: 48,00 €
- INFANTIL  
1 ENTRADA DIA: 5,00 € 5 SESSIONS: 21,25 € 10 SESSIONS: 40,00 €



### Aproveu els avantatges del carnet d'abonat a les piscines municipals del Vendrell!

Tindreu descomptes i avantatges en tot tipus d'establiments (oci, moda, esports, etc.) tant de tot Catalunya com del Vendrell.

En fer l'abonament cal portar (fotocòpia): DNI, targeta sanitària, llibreta bancària i certificat de convivència (en cas d'abonament familiar).

# Programa esportiu

## TEMPORADA 2017-2018



Av. Camp d'Esports, 36-38  
43700 El Vendrell  
Tel. 977 66 59 96  
A/e esports@elvendrell.net  
www.elvendrellesports.cat

Instal·lació AV. CAMP D'ESPORTS - Tel. 977 18 26 28  
Instal·lació CTRA. DR. ROBERT - Tel. 977 15 57 98



Ajuntament  
del Vendrell

A PARTIR DEL 4 DE SETEMBRE

# PROGRAMA D'ACTIVITATS DIRIGIDES

## PM1 Av. Camp d'Esports, 36-38

**HORARI:** de dl. a dv. de 6:30 h a 22 h, ds de 9 h a 14 h i de 16 h a 20 h, dg. de 10 h a 14 h.

INICI	FINAL	SALA	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES	DISSABTE
6:35	7:25	S1		CICLO-INDOOR		CICLO-INDOOR	CICLO-INDOOR	
		S2	PILATES		TONO			
9:00	9:50	P		AIGUASALUT		AIGUASALUT		
9:15	10:05	S2	GIMNÀSTICA MANTENIMENT	PILATES	GIMNÀSTICA MANTENIMENT	PILATES		
9:30	10:20	S1	CICLO-INDOOR	CICLO-INDOOR	CICLO-INDOOR	CICLO-INDOOR	CICLO-INDOOR	CICLO-INDOOR
10:30	11:00	S2				ABD 30'		
10:30	11:20	S2	BODY-POWER	JUST-PUMP	GAC		ZUMBA	JUST-PUMP
11:00	11:30	S2				STRETCHING 30'		
15:15	16:05	S1	CICLO-INDOOR			CICLO-INDOOR		
		S2		PILATES	BODY-POWER	PILATES	ZUMBA	
17:15	18:05	S2		PILATES	DANSA DEL VENTRE	TONO	ESQUENA SANA	
18:30	19:20	S2	BODY-POWER	GAC	FUNCTIONAL TRAINING	ZUMBA	TONO	
19:30	20:20	S1	CICLO-INDOOR		CICLO-INDOOR		CICLO-INDOOR	
		S2	BOSSU-TONO	CARDIOBOX	TONO	FUNCTIONAL TRAINING	ZUMBA	
20:15	21:05	P		NAT-TO		NAT-TO		
20:30	21:00	S2	ABD 30'					
20:30	21:20	S1	CICLO-INDOOR	CICLO-INDOOR	CICLO-INDOOR	CICLO-INDOOR		
		S2		RITMES LLATINS				

**HORARI MONITOR SALA DE FITNESS:** de dl. a dv. de 8 h a 13 h i de 15 h a 22 h, ds de 10 h a 14 h.

## PM2 Ctra. Dr. Robert, 69

**HORARI:** de dl. a dv. de 6:30 h a 22 h.

INICI	FINAL	SALA	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
9:15	10:05	S2	COS I MENT	PILATES	BODY-POWER		ESQUENA SANA
9:30	10:20	S1	CICLO-INDOOR	CICLO-INDOOR		CICLO-INDOOR	CICLO-INDOOR
		S2				PILATES	
		P	AIGUAGIM	AIGUAGIM		AIGUAGIM	
10:15	11:05	S2	ZUMBA		ESQUENA SANA		
10:30	11:20	S2		PILATES		PILATES	CARDIOBOX
		P	AIGUAGIM				AIGUAGIM
11:00	11:50	P			AIGUAGIM		
11:30	12:00	S2		ABD 30'		STRETCHING 30'	FUNCTIONAL TRAINING 30'
15:15	16:05	S1	CICLO-INDOOR		CICLO-INDOOR		
		S2		ZUMBA		TONO	PILATES
		P	AIGUAGIM		AIGUAGIM		AIGUAGIM
17:15	18:05	S2	DANSA DEL VENTRE	COS I MENT	PILATES	PILATES	
18:30	19:20	S2	ZUMBA	TONO	ZUMBA	BODY-BARS	GAC
19:30	20:20	S1	CICLO-INDOOR		CICLO-INDOOR		CICLO-INDOOR
		S2	PILATES	BODY-POWER	PILATES	BOOT CAMP	IOGA/TONO
20:30	21:20	S2	PILATES	PILATES	TONO	ZUMBA	

**HORARI MONITOR SALA DE FITNESS:** de dl. a dv. de 8 h a 13 h i de 16 h a 21 h.

**INTENSITAT DE LES ACTIVITATS**

BAIXA	AIGUASALUT	STRETCHING 30'	DANSA DEL VENTRE	GIMNÀSTICA MANTENIMENT	ESQUENA SANA	COS I MENT					
MITJANA	ABD 30'	IOGA/TONO	AIGUAGIM	GAC	PILATES	NAT-TO	TONO	ZUMBA	BODY-BARS	RITMES LLATINS	
ALTA	CICLO-INDOOR	JUST-PUMP	BODY-POWER	FUNCTIONAL TRAINING	BOOT CAMP	BOSSU-TONO	CARDIOBOX				