

Clases presenciales a
partir del
7 de septiembre 2020

Calle de la antigua senda de senent 3
46023 Valencia

info@alamedatraining.com

alamedatraining.es

617457260 - Jérôme

Colaboramos con las plataformas **Andjoy** y **Urban Sports Club**

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
YOGA 5€ 9h30-10h45			YOGA 5€ 9h30-10h45	
Pilates 14h10-15h00				Pilates 5€ 14h10-15h00
TRX 15h10-15h40				
	Funcional Training al aire libre 15h10-15h55		Funcional Training al aire libre 15h10-15h55	Pilates 5€ 15h30-16h30
TRX 16h-16h30				YOGA 5€ 16h45-18h
	TRX 18h15-18h45		TRX 18h15-18h45	Defensa personal 18h15-19h15
Pilates Terapéutico 18h30-19h10 19h30-20h10	Pilates 19h-20h	Pilates Terapéutico 18h30-19h10 19h30-20h10	Pilates 19h-20h	
YOGA 5€ 20H30-21H45	Defensa personal 20h15-21h15	YOGA 5€ 20H30-21H45	Defensa personal 20h15-21h15	

Pilates terapéutico	Medio mes 40€	1 mes 65€	3 meses 165€							<p><u>ALQUILER DE SALA</u></p> <p>Para cursos, charlas, talleres, clases dirigidas, entrenamiento personal, etc...</p> <p>Sala 1: 80m² Sala 2: 23m² Consultar precios</p>
	mat 35€ (entra valoración previa con fisioterapeuta)			Fisioterapia cita previa	1 sesión 35 €	5 sesiones 150 €	10 sesiones 275 €			
Yoga	Clases a 5€ Reservar por whatsapp 617457260			Entrenador personal	1 sesión 40€	5 sesiones 175 €	10 sesiones 300 €			
Running	Planificación personalizada 30€/mes			TRX	Mat 10€	2x/sem 25 €				
Funcional Training	Matricula 10€ Clases al aire libre en el río Turia 20€/mes			PILATES		Bonos por sesiones				
Defensa personal	Matricula 10€ 1 día/semana: 30€/mes 2 días/semana: 40€/mes			1 mes 65€ +20€ mat	3 meses 165€	6 meses 300 €	10 meses 450 € sept-junio	bono 5 60€ +20€ mat	bono 10 100 €	
Cápsula Bio-infrarrojos Consultar precios				Clases a 5€ los viernes, Reservar plaza al 617457260				2 meses	3 meses	