



## CURS A MIDA O PERSONALITZAT PER SOCIS

### piscina

- \* El Reus Deportiu ofereix el servei de sessions personalitzades, amb la supervisió i assessorament dels nostres tècnics.
- \* Usuaris/es amb poca disponibilitat horària.
- \* Preparació o entrenament per proves específiques de natació. (salvament, bombers, etc.)
- \* El temps de les sessions és de 30 minuts.

### PREUS

- \* Bons de 5 sessions 67,00 €
- \* Bons de 10 sessions 128,00 €
- \* 1 sessió 15,00 €

### gimnàs

#### Servei d'entrenament personal

- \* Entrenament per assolir diferents objectius: salut, estètica, rendiment esportiu. Seguiment total per part de l'entrenador; s'aconsegueix la millora física.

	<b>Una sessió</b>	<b>Bonus 5 sessions</b>
1/2 hora individual	17,00 €	70,00 €
1 hora individual	31,00 €	125,00 €
1 hora parella	50,00 €	200,00 €

**Els bons caduquen als 3 mesos.**

#### PILATES

	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
10:30 - 11:15	pilates		pilates	
19:30 - 20:15h		pilates		
18:30 - 19:15h				pilates

preu pilates: 25 € mensuals

**LA DIRECCIÓ ES RESERVA EL DRET DE FER QUALSEVOL CANVI.**