

Este Verano

DEL 1 DE JULIO AL 31 DE AGOSTO

PROGRAMA DEPORTE Y SALUD

YOGA GAP

TAICHÍ PILATES

FITNESS CROSS
LATINO TRAINING

ACONDICIONAMIENTO FÍSICO GENERAL

Instalación Vóley Playa València
Playa La Malvarrosa, Isabel de Villena, 10

Más información en:
www.fdmvalencia.es



ACTIVIDADES GRATUITAS VERANO 2020

Lunes

08:00 a 09:00 h. Acond. Físico General
09:00 a 10:00 h. Yoga
10:00 a 11:00 h. Pilates
19:30 a 20:30 h. Fitness Latino
20:30 a 21:30 h. Yoga

Martes

08:00 a 09:00 h. Deporte y Salud
09:00 a 10:00 h. Pilates
10:00 a 11:00 h. Deporte y Salud
19:30 a 20:30 h. GAP
20:30 a 21:30 h. Fitness Latino

Miércoles

08:00 a 09:00 h. Taichí
09:00 a 10:00 h. Taichí
10:00 a 11:00 h. Fitness Latino
19:30 a 20:30 h. Yoga
20:30 a 21:30 h. Taichí

Jueves

08:00 a 09:00 h. Deporte y Salud
09:00 a 10:00 h. Pilates
10:00 a 11:00 h. Deporte y Salud
19:30 a 20:30 h. GAP
20:30 a 21:30 h. Fitness Latino

Viernes

08:00 a 09:00 h. Acond. Físico General
09:00 a 10:00 h. Yoga
10:00 a 11:00 h. Pilates
19:30 a 20:30 h. Deporte y Salud
20:30 a 21:30 h. Pilates

Sábado

08:00 a 09:00 h. Taichí
09:00 a 10:00 h. Taichí
10:00 a 11:00 h. Fitness Latino
19:30 a 20:30 h. Fitness Latino
20:30 a 21:30 h. Cross Training

Domingo

08:00 a 09:00 h. Yoga
09:00 a 10:00 h. Fitness Latino
10:00 a 11:00 h. Cross Training



AYUNTAMENT
DE VALÈNCIA



Fundación
Deportiva
Municipal
València