

SJ espacio acuático

ACTIVIDADES	EDADES	DIAS		PRECIO
Acuática ESCOLAR	3 a 14 años	Lunes y Miércoles 17:30 a 18:20 h. 18:20 a 19:10 h.	Martes y Jueves 17:30 a 18:20 h. 18:20 a 19:10 h.	Cuota Trimestral 90€
Escuela Natación SINCRONIZADA	a partir de 6 años	Lunes, Miércoles y Jueves 13:45 a 14:40 h.		Cuota Trimestral 105€
Acuática dirigida ADULTOS	a partir de 15 años	Martes y Jueves 18:20 a 19.10 h. 19:10 a 20:00 h. 20:10 a 21:00 h.		Cuota Mensual Trimestral 30€ 80€
NATACIÓN LIBRE	a partir de 15 años	Lunes y Miércoles 17:30 a 21:30 h.	Martes y Jueves 17:30 a 21:00 h.	Bonos 10 baños 25€ 20 baños 40€ Anual 150€

Nota: para llevar a cabo un curso se requiere un mínimo de 8 inscritos.



CLUB SAN JORGE

**PISCINA
CLIMATIZADA**

Colegio SAN JORGE. Avda. Picos de Europa s/n. Urb. La Alcayna - 30507. MOLINA DE SEGURA (Murcia).

Teléfono: 968 430 711 - Fax: 968 430 219

Web: www.clubsanjorge.es - Email: informacion@clubsanjorge.es

SJ espacio wellness adultos



TRIATLON CLUB

Desarrollar un estado de forma óptimo para la práctica de las distintas modalidades de triatlón (Sprint/Olímpico/Ironman), mediante un plan de entrenamiento personalizado y adaptándose al nivel de cada individuo.

SWIMMING CLUB

Práctica de travesías, mediante un plan de entrenamiento personalizado y adaptándose al nivel de cada individuo.

PONTE EN FORMA

Obtener un buen estado de forma, reducir peso, tonificar músculo, aumentar la resistencia cardiorrespiratoria, mediante un plan de entrenamiento basado en fitness, ciclo indoor, actividades acuáticas y natación.

RUNNING CLUB

Desarrollar un estado de forma óptimo para la práctica de carreras populares, medias maratones, maratones..., mediante un plan de entrenamiento personalizado.

INFORMACIÓN: Isabel Hidalgo

Licenciada en Ciencias de la Actividad Física y el Deporte.
Experta en Alto Rendimiento.
Entrenadora Nacional de Natación y Triatlón.

Tlfno. 699532459



CLUB SAN JORGE

Colegio SAN JORGE. Avda. Picos de Europa s/n. Urb. La Alcayna - 30507. MOLINA DE SEGURA (Murcia).

Telf.: 968 430 711 - Fax: 968 430 219

Web: www.clubsanjorge.es - Email: informacion@clubsanjorge.es