

BUTLLETÍ MENSUAL

- OCTUBRE 2023 -



NOVA INTERFÍCIE A LES CLASSES GROUP CYCLE

GROUP CYCLE TECHNOGYM

Acompanyant a la renovació de totes les bicicletes de la sala de cycling, hem incorporat la nova interfície de Group Cycle ampliant l'experiència cicloindor. Vine a provar les noves bicicletes a una de les 20 classes setmanals.



ZUMBA SOLIDARI PEL CÀNCER DE MAMA

19 D'OCTUBRE AMB L'AECC

El dijous 19 d'octubre, dia mundial del càncer de mama col·laborem amb l'Associació espanyola Contra el Càncer amb un zumba solidari a les 18:10h a la Plaça Perpinyà amb en Yoyo. Vine a ballar i divertir-te per una bona causa.



SPECIAL HALLOWEEN

31 D'OCTUBRE

El dimarts 31 vine disfressat a les dues Special Classes de Zumba amb en YOYO. A les 10:10h i 16:10h. Disfressa lliure.

Reserva la teva plaça a l'APP de l'Espai Wellness.



NOU FORMAT DE LA ZONA FUNCIONAL

MÉS CAPACITAT

Adaptació de l'espai d'activitats dirigides dins de la sala de fitness. Ampliem la capacitat de les classes de Functional Training (Synrgy), mobility, glutis, upperbody, lowerbody i abdominals.



NEWS



NOVES COREOGRAFIES LES MILLS

BPUMP, BCOMBAT I BBALANCE

New program RELEASE de Les Mills. Dilluns 2/10 estrena Bodypump i Bodycombat. Dilluns 9/10 estrena Bodybalance. *Sessions enregistrades i utilitzades per a comunicacions i xarxes de l'Espai Wellness.

Reserva plaça per les estrenes a l'APP.

NUTRICIÓ



Amb la Vaneza
(619 564 766)

Nutrició esportiva
Sobrepès i obesitat
Educació nutricional
Valoració antropomètrica
Augment de massa

ACUPUNTURA



Amb la Menh-wai
(669 385 144)

Acupuntura
Acupuntura facial
Moxibustió
Ventoses
Electroacupuntura

QUIROMASSATGE



Amb en Ferran
(670 207 294)

Osteopatia estructural
Quiromassatge esportiu
Quiromassatge fisiològic i activació muscular
Kinesiotaping i teràpia d'ones
Traumatismes musculars

ESTÈTICA



Amb la Laura
(670 702 212)

Manicures i pedicures
Depilacions
Tractaments facials i corporals
Pressoteràpia
Zionic
Massatges

RESTAURANT



(932 226 444)

Servei d'esmorzars
Servei de carta
Plats combinats
Bowls i amanides take away