

# SALA D'ACTIVITATS DIRIGIDES

## U.R. LARU 2019



PROGRAMA D'ACTIVITATS DIRIGIDES 2019						
HORARIS	Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres	Dissabte
Hora						
9:45	PILATES TERRA		TBC			
11:00						PILATES TERRA
12:00						LARU PUMP
19:00					BIKECONTROL	
19:15	TBC EXTREM		CORE CONDITION			
20:05	BIKECONTROL		BIKECONTROL			

\* Totes les sessions tindran una durada de 50 minuts, exceptuant el *Bikecontrol* que durarà 45 minuts.

\*\* Si patiu qualsevol patologia, baix estat de forma o no realitzeu exercici físic regularment, consulteu als tècnics/es les característiques i idoneïtat de cada sessió abans de l'inici d'aquesta.

- PROGRAMA VÀLID FINS EL 21 DE DESEMBRE DEL 2019

- LES CLASSES DONARAN INICI EL DILLUNS 9 DE SETEMBRE

La Fundació Privada U.R. Laru podrà, quan ho consideri necessari, modificar el nombre de sessions, el contingut i horaris d'aquestes i els tècnics que les imparteixen. Una sessió quedarà anul·lada en cas d'impossibilitat material de realitzar-se.

**Fundació Privada U. R. Laru**

Riera de Can Gener, s/n. • Tel./Fax 937 90 52 00. • Apartat C. 216 Mataró  
www.urlaru.com • Correu electrònic: info@urlaru.com  
FACEBOOK: Fundació Esportiva UR Laru • INSTAGRAM: @fundaciourlu

