I AEROBITHON

"Mancomunidad Ribera Izquierda del Ebro"

Sábado, 9 de Abril

Salón Cultural de Alfajarín

Comienzo: 16:30 H.

Masterclass POWER PUMP

Jesús Añaños
Cristian Lauroba

Masterclass CARDIOBOX

Dani Añaños
Mª Pilar Cesar

INSCRIPCIONES

1.- Por teléfono, e-mail o fax, en el Servicio Comarcal de Deportes del 22 de Marzo al 4 de Abril, de lunes a viernes en horario de 10:00 a 13:00 h.
2.- También se podrá realizar las inscripciones directamente en los monitores de aeróbic y aerobox de la Mancomunidad y en le Gimnasio Fitness Alfajarín.
2.- Para la reserva de plazas, indicar nombre, apellidos, localidad, teléfono y e-mail. Los participantes deberán tener más de 16 años.
3.- Precio: 10 euros.
4.- Para la confirmación de plaza habrá que hacer el ingreso, como muy tarde, el día siguiente a la inscripción (si no se presenta el justificante en el plazo indicado la reserva quedará inmediatamente anulada). Se podrá abonar en metálico a los monitores pero siempre antes del 4 de Abril.
5.- Ingresar el importe en las oficinas de la CAI 2086 0207 16 0000497782 indicando nombre y apellidos.
6.- El día del maratón hay que presentar el modelo de consentimiento informado rellenado debidamente (el modelo está colgado en www.mrie.es)

INFORMACIÓN Y RECOMENDACIONES

Es conveniente acudir al Salón Cultural con 15 minutos de antelación al comienzo.
No olvides llevar una toalla para secar el sudor y ropa de cambio.
Imprescindible llevar esterilla para la sesión de Pilates.
Habrá bebida, fruta, barritas energéticas y un detalle para los participantes.
La actividad se iniciará a las 16:30 h. y finalizará a las 19.30 h.
Existirán descansos activos de 10 minutos.

Masterclass PILATES

Esther Fuertes
Adriana Allue

¡ PLAZAS LIMITADAS !

Organiza:

SCD Mancomunidad Ribera Izquierda del Ebro
scd@mrie.es
www.mrie.es
Tlf. 976 790638 fax: 976 790632

Colabora:

* *Excmo. Ayuntamiento de Alfajarín*
* *Gimnasio Fitness Alfajarín*
* *NutriSport*