



ACTIVIDADES DEPORTIVAS 2016-17

GAP: GLUTEOS, ABDOMINALES Y PIERNAS

¿QUÉ ES EL GAP?

ES UNA MODALIDAD DE FITNESS QUE SIRVE PARA FORTALECER Y TONIFICAR ESAS TRES PARTES DEL CUERPO.

LOS EJERCICIOS ESTÁN TAN LOCALIZADOS QUE PRODUCEN, SOBRE TODO EN LAS PRIMERAS SESIONES, MUCHAS AGUJETAS. PERO NO TE DESANIMES PORQUE LOS RESULTADOS SE NOTAN RELATIVAMENTE PRONTO.

- Días: martes y jueves
- Horario: 18:30 a 19:30 h.
- Precio: 18 €/alumno

¡COMIENZO EN OCTUBRE!

**¡¡¡APUNTAOS EN EL
DEP. DE EDUCACIÓN
FÍSICA!!!**

