

| <b>TARIFAS MENSUALES</b>  |  |  |  |
|---|--|--|--|
| <b>BÁSICA</b>   | <b>MEDIA</b>   | <b>PREMIUM</b>   | <b>ILIMITADO</b>   |
| 8 CLASES + 4 OPEN<br><b>40€ / MES</b><br><b>25€ / 1/2 MES</b>                             | 12 CLASES + 4 OPEN<br><b>50€ / MES</b><br><b>30€ / 1/2 MES</b>                             | 20 CLASES + 8 OPEN<br><b>60€ / MES</b>   | CLASES + OPEN ILIMITADOS<br><b>75€ / MES</b>                           |
| <b>OTRAS TARIFAS</b>  |  |  |  |
| CLASE SUELTA BOX: <b>8€</b>   | BONO 10 CLASES: <b>70€ /</b><br>(CADUCIDAD A LOS 6 MESES)                                  | PREPARACIÓN OPOSITORES<br>CNP/GC/PL: <b>55€ / MES</b><br>BOMBEROS: <b>70€ / MES</b>  | PREPARACIÓN FITNESS /<br>POWERBUILDING: <b>70€ / MES</b>               |
| ENTRENAMIENTO PERSONAL<br>CLASE SUELTA: <b>32€</b>  | ENTRENAMIENTO PERSONAL<br>BONO 5 ENTRENOS: <b>145€</b><br>(CADUCIDAD A LOS 3 MESES)        | ENTRENAMIENTO PERSONAL<br>BONO 10 ENTRENOS: <b>280€</b><br>(CADUCIDAD A LOS 3 MESES) | <b>SÓLO BOXEO / KICK<br/>BOXING: 30€ / MES</b>                         |
| <b>TARIFAS CENTRO CLÍNICO AVANZADO</b>  |  |  |  |
| SESIÓN DE FISIOTERAPIA: <b>35€</b>  | BONO 5 SESIONES<br>FISIOTERAPIA: <b>160€</b>   | SESIÓN KINESIOLOGÍA: <b>40€</b>  | SESIÓN DE FISOESTÉTICA: <b>35€</b>                                     |
| ASESORAMIENTO NUTRICIONAL<br><b>PRECIO A CONSULTAR</b>                                    | INFORME CON DIAGNÓSTICO<br>FISIOTERAPÉUTICO POR ECOGRAFÍA: <b>40€</b>                      | SESIÓN HIPOPRESIVOS Y ENTRENAMIENTO<br>FUNCIONAL TERAPÉUTICO: <b>32€</b>             |  |
| <b>PACKS ENTRENAMIENTO + JIU JITSU BRASILEÑO (BJJ)</b>                                    |  |  |  |
| TARIFA BÁSICA + CLASES BJJ<br><b>70€ / MES</b><br><b>55€ / 1/2 MES</b>                    | TARIFA MEDIA + CLASES BJJ<br><b>80€ / MES</b><br><b>65€ / 1/2 MES</b>                      | TARIFA PREMIUM + CLASES BJJ<br><b>90€ / MES</b>                                      | TARIFA ILIMITADA + CLASES BJJ<br><b>104€ / MES</b>                     |
| OPEN 15 SESIONES 1 HORA + BJJ: <b>70€ / MES - 55€ / 1/2 MES</b>                           |  | OPEN 25 SESIONES 1 HORA + BJJ: <b>80€ / MES - 65€ / 1/2 MES</b>                      |  |
| <b>PACKS ENTRENAMIENTO + BOXEO / KICK BOXING</b>  |  |  |  |
| TARIFA BÁSICA + 2/SEMANA<br>BOXEO KICK BOXING<br><b>60€ / MES</b><br><b>40€ / 1/2 MES</b> | TARIFA MEDIA + 2/SEMANA<br>BOXEO / KICK BOXING<br><b>70€ / MES</b><br><b>50€ / 1/2 MES</b> | TARIFA PREMIUM + 2/SEMANA<br>BOXEO / KICK BOXING<br><b>80€ / MES</b>                 | TARIFA ILIMITADA + 2/SEMANA<br>BOXEO / KICK BOXING<br><b>95€ / MES</b> |
| <b>PACKS ENTRENAMIENTO + JIU JITSU BRASILEÑO (BJJ) + BOXEO / KICK BOXING (B/KB)</b>       |  |  |  |
| TARIFA BÁSICA + BJJ + 2/SEMANA B/KB<br><b>88€ / MES</b><br><b>55€ / 1/2 MES</b>           | TARIFA MEDIA + BJJ + 2/SEMANA B/KB<br><b>98€ / MES</b><br><b>65€ / 1/2 MES</b>             | TARIFA PREMIUM + BJJ + 2/SEMANA B/KB<br><b>108€ / MES</b>                            |  |

\* **PRECIOS Y OFERTAS VÁLIDAS DEL 1-5 DE CADA MES (LOS PAGOS DEBERÁN REALIZARSE ANTES DEL DÍA 5 DE CADA MES).**

\*\* **SE RESERVA DERECHO DE ADMISIÓN Y DE MODIFICACIÓN DE TARIFAS.**

\*\*\* **SI DESEA AMPLIAR TARIFA, DENTRO DE LOS PRIMEROS 15 DÍAS PUEDE ABONAR LA DIFERENCIA.**

\*\*\*\* **PASADO ESE PLAZO, DEBERÁ ABONAR CLASES SUELTAS.**

\*\*\*\*\* **CONSULTAR CONDICIONES ESPECIALES.**

## HORARIO 2020

## BOX TALAVERA - Weightlifting, Health & Fitness

| LUNES             | MARTES            | MIÉRCOLES         | JUEVES            | VIERNES    | SÁBADO          |
|-------------------|-------------------|-------------------|-------------------|------------|-----------------|
|                   | 07.00 WOD         |                   | 07.00 WOD         |            |                 |
| 09.30 WOD         | 08.00 OPEN        | 09.30 WOD         | 08.00 OPEN        | 09.30 WOD  | 09.30 ENDURANCE |
| 10.30 OPEN        | 09.30 WOD         | 10.30 OPEN        | 09.30 WOD         | 10.00 OPEN | 10.30 ENDURANCE |
| 11.00 OPEN        | 10.30 WOD         | 11.00 OPEN        | 10.30 WOD         | 11.00 OPEN | 11.30 OPEN      |
| 12.00 OPEN        | 11.30 OPEN        | 12.00 OPEN        | 11.30 OPEN        | 12.00 OPEN |                 |
| 13.00 WOD         | 12.30 WOD         | 13.00 WOD         | 12.30 WOD         | 13.00 WOD  |                 |
|                   | 16.00 WOD         |                   | 16.00 WOD         |            |                 |
| 17.00 WOD         | 17.00 OPEN / WOD  | 17.00 WOD         | 17.00 OPEN / WOD  | 17.00 WOD  |                 |
| 18.00 WOD         | 18.00 WOD         | 18.00 WOD         | 18.00 WOD         | 18.00 WOD  |                 |
| 19.00 WOD         | 19.00 WOD         | 19.00 WOD         | 19.00 WOD         | 19.00 WOD  |                 |
| 20.00 WOD / HIIT  | 20.00 WOD / BOXEO | 20.00 WOD / HIIT  | 20.00 WOD / BOXEO | 20.00 WOD  |                 |
| 21.00 WOD / BOXEO | 21.00 WOD / BOXEO | 21.00 WOD / BOXEO | 21.00 WOD / BOXEO |            |                 |



**WOD:** "Workout Of Day" – Entrenamiento del Día de Fuerza y Acondicionamiento físico adaptado al nivel de cada usuario.

**ENDURANCE:** Entrenamiento destinado a aquellos alumnos que quieren potenciar su resistencia muscular y cardiovascular.

**OPEN:** Podrás entrenar por tu cuenta o con un compañero/a, repasar ejercicios o hacer los retos semanales. Aclaración: no es una clase con entrenador y la prioridad de material e instalación es de la clase (si la hay en ese momento).

**HIIT:** Sesiones de entrenamiento a alta intensidad utilizando tu cuerpo, mancuernas, balones, combas y/o kettlebells.