

ACTIVIDADES FMG CENTRO CULTURAL PACO RABAL 2023/2024

La FMG ofrece diversas actividades dirigidas en el Centro Cultural Paco Rabal de la mano de los mejores profesionales del deporte.

¡Anímate, ponte en forma!

¡Contacta con nosotros y te informamos personalmente!

TELÉFONO: 91 725 16 49

EMAIL: actividades@fmgimnasia.com

MAÑANAS			
1	10:00 a 11:00 h	Lunes y miércoles	Mantenimiento / Aeróbic / Step
2	11:00 a 12:00 h	Lunes y miércoles	Mantenimiento / Aeróbic / Step
3	09:00 a 10:00 h	Martes y jueves	Pilates
4	10:00 a 11:00 h	Martes y jueves	Pilates
5	11.00 a 12:00 h	Martes y jueves	ZUMB@@ / Aeróbic / Tonificación
6	12:00 a 13:00h	Martes y jueves	Pilates
7	10:00 a 11:30 h	Viernes	Yoga
8	11:45 a 12:45 h	Viernes	Pilates
TARDES			
9	16:00 a 17:00 h	Lunes y miércoles	Pilates
10	17:00 a 18:00 h	Lunes y miércoles	ZUMB@@ / Aeróbic / Tonificación
12	18:00 a 19:00 h	Lunes y miércoles	Pilates
12	19:00 a 20:00 h	Lunes y miércoles	Pilates
13	20:00 a 21:00 h	Lunes y miércoles	Aeróbic / Step / Tonificación
14	21:00 a 22:00 h	Lunes y miércoles	Aeróbic / Step / Tonificación

- **PRECIOS DE LA MATRÍCULA**

MATRÍCULA	10,00 €
MAYORES DE 60 AÑOS (menos Pilates/Yoga)	5,00 €

- **PRECIOS DEL TRIMESTRE**

MAYORES DE 14 AÑOS 2h	50,00 €
MAYORES DE 60 AÑOS 2h (menos Pilates/Yoga)	40,00 €
PILATES 1h	40,00 €
PILATES 2h	50,00 €
PILATES 3h	75,00 €
YOGA 1,30h	40,00 €
2ª CLASE (Dto. aplicable a la actividad de menor coste)	30,00 €

- FECHAS DE LOS PAGOS

1 ^{er} TRIMESTRE + MATRÍCULA	A PARTIR DEL 01 DE SEPTIEMBRE DE 2023
2 ^o TRIMESTRE	A PARTIR DEL 10 DE DICIEMBRE DE 2023
3 ^o TRIMESTRE	A PARTIR DEL 10 DE MARZO DE 2024

NOTA IMPORTANTE ¿COMO ASEGURARSE LA PLAZA?

PASOS A SEGUIR: _____

1. - Rellena la solicitud de inscripción, solicitándola:

- En la recepción del Centro Cultural
- En las oficinas de la Federación
- Por correo electrónico a través de: *actividades@fmgimnasia.com*

2. - Realiza el pago mediante:

- N^o Cuenta IBERCAJA: ES58-2085-9281-84-0300131999

- TRANSFERENCIA BANCARIA: Especificar en concepto: **NOMBRE COMPLETO, DÍA y HORARIO de la clase a la que asistes. (desde 05 de julio 2023).**
- INGRESO EN CUENTA: En cualquier oficina de IBERCAJA del **5 al 25 de cada mes** y en el horario estipulado por la oficina. Especificar en concepto: **NOMBRE COMPLETO, DÍA y HORARIO de la clase a la que asistes. (desde 05 julio 2023).**
- EFECTIVO: En la Federación Madrileña de Gimnasia. Calle Arroyo del Olivar, 49 1^a Planta **(desde 05 Julio 2023).**

3. – Enviar: SOLICITUD DE INSCRIPCIÓN.

RESGUARDO DE LA TRANSFERENCIA BANCARIA.

Al email de actividades@fmgimnasia.com

O Entregar presencialmente en la Federación.

O Entregar al profesor/centro.

TELÉFONO FMG: 91 725 16 49

EMAIL: actividades@fmgimnasia.com