

EL POLIDEPORTIVO MUNICIPAL DE HINOJOS ADECUA UN NUEVO ESPACIO FUNCIONAL

GIMNASIO MUNICIPAL DE HINOJOS SEPTIEMBRE 2017



FITNESS

HORARIOS	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
9:30-10:30	ZUMBA	PILATES	AERÓBIC	PILATES	BODY PUMP
10:30-11:30	3ª EDAD	GYM-FIT	3ª EDAD	GYM-FIT	3ª EDAD
18:00-19:00	BODY PUMP	PILATES	PILATES	CARDIO-FIT	PILATES
19:00-20:00	AERÓBIC	CARDIO-FIT	AERÓBIC	ZUMBA	HIIT
20:00-21:00	GYM-FIT	ZUMBA	GYM-FIT	F.FUNCIONAL SPINNING	
21:00-22:00	F.FUNCIONAL SPINNING	F.FUNCIONAL SPINNING	HIIT SPINNING	SPINNING	

HORARIO GIMNASIO MUNICIPAL - DE LUNES A VIERNES DE 10:00H A 13:00H Y DE 18:00H A 22:30H



MUSCULACIÓN FITNESS (tarde) **MUSCULACIÓN + FITNESS** (tarde)
15€ ABONADOS 15€ ABONADOS 25€ ABONADOS
25€ NO ABONADOS 15€ NO ABONADOS 35€ NO ABONADOS

OBSERVACIONES:

Las clases tienen una capacidad de 30 usuarios, excepto spinning, la que cuenta con 14 puestos. El 50% de las plazas se podrán reservar 24 horas antes de la clase en el polideportivo municipal o a través de este número de teléfono: 654.342.998 (sólo vía llamada). El 50% restante 20 minutos antes de cada clase a través de números que se darán en la recepción del polideportivo respetando el orden de llegada. Horarios de reservas: de 9:00/13:00 - 17:00/22:30.



[p://www.hinojos.es/export/sites/hinojos/es/.galleries/noticias/noticias2017/HORARIOS-Y-PRECIOS-DEPORTE-SEPT17.jpg](http://www.hinojos.es/export/sites/hinojos/es/.galleries/noticias/noticias2017/HORARIOS-Y-PRECIOS-DEPORTE-SEPT17.jpg)

Esta nueva zona incluirá 14 bicicletas de cardio, además de disponer de todo el material innovador y funcional, como rueda de abdominales, TRX, escaleras de agilidad, plataformas de equilibrio estático...

La Concejalía de Deportes del Ayuntamiento de Hinojos inicia la temporada 2017/18 anunciando un nuevo espacio funcional en el Polideportivo Municipal "Manuel Garrio".

Se trata de un espacio que estará al servicio de los usuarios durante cuatro días a la semana, en horario de mañana y tarde. Esta nueva zona incluirá 14 bicicletas de cardio, además de disponer de todo el material innovador y funcional, como rueda de abdominales, TRX, escaleras de agilidad, plataformas de equilibrio estático...

El entrenamiento funcional debe integrar todos los aspectos del movimiento humano, teniendo en cuenta que se basa en el trabajo de la fuerza que involucra a todo el cuerpo y no a un grupo aislado de músculos. Se trata de la fuerza que se utiliza en los deportes y también en la vida cotidiana.

Así, la Concejalía de Deportes, da respuesta a la demanda de los usuarios de gimnasio municipal, más zonas de cardio mientras que se realiza la ampliación del gimnasio.

Los usuarios de Fitness también tendrán acceso a la zona, para utilizarla libremente, realizar entrenamientos personalizados, o incluso disfrutar de un entrenamiento que complemente las actividades que realiza a lo largo de la semana.

El uso de esta nueva zona no influye en la cuota mensual, el precio se mantiene a pesar de que el nuevo servicio contará con un monitor de sala, a disposición de los usuarios quienes podrán solicitar entrenamientos personalizados o mejora de alguna cualidad física.

El concejal de deportes, Antonio Corchero, asegura que ***“el equipo de trabajo que compone la estructura deportiva municipal siempre está dispuesto para mejorar la calidad de nuestros servicios”***. El director deportivo, Rafael Fernández pone sus miras en igualar el nivel de cualquier centro deportivo privado ***“no es fácil alcanzar este objetivo, pero nuestro afán por ampliar la oferta deportiva, enriquecer nuestros entrenamientos y buscar la integración de los usuarios nos permitirá alcanzar la excelencia deportiva que nos caracteriza”***.

No cabe duda de que la puesta del Consistorio por el Deporte es una prioridad. En el mes de octubre se publicarán los nuevos horarios y actividades que conformarán el calendario definitivo de la temporada 2017/18.