



Vocalía de GIMNASIO -Circular-

Cáceres, 10 de septiembre de 2020

Vocalia Gimnasio

Estimados socios:

El próximo 15 de septiembre comenzarán las clases en nuestras instalaciones (*PILATES, GIMNASIA RÍTMICA, SAMBO Y GIMNASIA DE MANTENIMIENTO el 1 de octubre*).

Debido a las circunstancias conocidas por todos, para poder mantener las medidas de seguridad, nos vemos obligados a una serie de adaptaciones de horarios y actividades, limitación de aforos y distancia social.

Otras medidas importantes:

- Las clases serán de 55 minutos, con la salida 5 minutos antes para no coincidir en la entrada del siguiente grupo.
 - En algunos casos será necesario traer material individual propio (esterillas, gomas...), según las indicaciones del monitor correspondiente.
 - Uso de mascarillas en función de la actividad.
 - Toma de temperatura al inicio de cada clase.
-
- El mínimo de inscritos en las actividades será de 8 y el máximo de 10 (de forma provisional mientras se mantengan las medidas sanitarias frente a COVID-19) para todas las clases, excepto ciclo indoor.
 - Los alumnos serán admitidos por riguroso orden de inscripción, con limitación de plazas en función de la actividad.
 - La asistencia a las clases de otras modalidades será posible siempre que no se supere el aforo máximo, y con preferencia siempre los inscritos en dicha actividad como primera opción.

PRECIO DE LA ACTIVIDAD MENSUAL.-

SOCIOS: 20€ (Grupo de Clases Colectivas o Sólo Ciclo) / 30€ (Ciclo+Clases Colectivas)

NO SOCIOS: 35€ (Clases Colectivas) / 50€ (Ciclo+Clase Colectiva)

GIMNASIA RÍTMICA-DEPORTIVA: 20€ (SOCIOS) 35€ (NO SOCIOS)

ACTÍVATE: 20€ (SOCIOS) 35€ (NO SOCIOS)

LUCHA-SAMBO: 20€ (SOCIOS) 30€ (NO SOCIOS)

RUNNING: 10€ (SOCIOS) 20€ (NO SOCIOS)

Contamos con la presencia de **Kini Carrasco (687 700 080)**, como preparador físico, previa cita y adaptándose a los horarios concertados, asesorando a los socios que lo requieran, sobre el uso de las instalaciones del gimnasio y la confección de planes de entrenamiento.

- En la siguiente tabla podéis observar los grupos y horarios.



CLUB DE TENIS CABEZARRUBIA

GIMNASIO

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
17H	Lucha SAMBO	YOGA	Lucha SAMBO	YOGA	
18H	ZUMBA	PILATES2	ZUMBA	PILATES2	GIMNASIA RÍTMICA/ DXTIVA
19H	GIMN. MANT.	CICLO INDOOR 1	GIMN. MANT.	CICLO INDOOR 1	
20H	PILATES 1	CICLO INDOOR 2	PILATES 1	CICLO INDOOR 2	
21H		CARDIO TONIC		CARDIO TONIC	

Boletín de Inscripción. Vocalía de Gimnasio

NOMBRE Y APELLIDOS		TELÉFONOS	FECHA NACIM.
DNI (PARA NO SOCI@S)	Nº CUENTA BANCARIA (PARA NO SOCI@S)		
DIRECCIÓN DE CORREO ELECTRÓNICO			
GRUPO ELEGIDO EN 1ª OPCIÓN			
GRUPO ELEGIDO EN 2ª OPCIÓN			
<p><i>La inscripción en las clases implica asumir todas las condiciones establecidas por el Club, incluyendo las responsabilidades de cumplir y hacer cumplir todas las medidas sanitarias frente al COVID-19, así como asumir el riesgo propio de la asistencia a las actividades referidas.</i></p>			<p>FIRMA (Imprescindible)</p>

El Boletín de Inscripción deberá entregarse en Administración, en Conserjería o enviar por email a la dirección: clubdetenis@cabezarrubia.com antes del de septiembre.

- Si algún grupo no pudiese iniciar la actividad por no llegar al mínimo, los alumnos serán informados a partir de esa fecha.

El Vocal de Gimnasio
Germán Ferrero León