

# ESTIRAMIENTOS DE CADENAS MUSCULARES

## MOVIMIENTO Y TONIFICACIÓN CONSCIENTE

*Libera tu cuerpo de tensiones para mejorar tu salud.*

*Ayuda a conservar la elasticidad de los tejidos y la amplitud del movimiento.*

*Se consigue un tono justo...equilibrio entre tensión y relajación.*



**CLASES SEMANALES: JUEVES A LAS 17:00 HORAS.**

**RESERVAS EN EL CLUB DE CAMPOS MONASTERIOS**

Precio 35 euros/mes. Tienen derechos a un 15% de descuento los socios de número, familiares, inquilinos y socios adscritos en base a los nuevos reglamentos aprobados por el club de Campo Los Monasterios.

Más información 679 52 09 09. Traer esterilla y ropa cómoda.



# CLUB DE CAMPO LOS MONASTERIOS

## RESERVA DE PLAZA CLASES DE ESTIRAMIENTOS MUSCULARES 2024-25

SOCIO:

NO SOCIO:

### DATOS DEL ALUMNO/A:

|                   |          |
|-------------------|----------|
| Nombre:           |          |
| Apellidos:        |          |
| Domicilio:        | Parcela: |
| Teléfono:         |          |
| Fecha nacimiento: |          |

(\*) En caso de ser socio indique el domicilio en la Urbanización

---

Con la firma del presente formulario de inscripción reservo la plaza para la participación en las actividades que se celebrarán en las instalaciones del Club de Campo Los Monasterios. Les informamos que los datos de carácter personal son tratados de forma confidencial según la Ley de Protección de Datos 3/2018.

Fecha y Firma: