

# ACTIVITATS DIRIGIDES

## MARXA NÒRDICA

## SÈNIOR FIT

## HIPOPRESSIUS

## SYNERGY

entrenament funcional

## PILATES

## BOOTCAMP

## CROSS TRAINING



\*Consulta i reserva de classes

Pack de 5 i pack de 10\* sessions

**40€** / sessió en pack  
sessió 60'

\*Inclou pla d'entrenament personalitzat

## ENTRENAMENT PERSONAL

@cemlamarbella



# FES ESPORT A L'AIRE LLIURE



### CONTACTE:

☎ 93 221 06 76  
✉ [recepcio@cemmarbella.cat](mailto:recepcio@cemmarbella.cat)  
🌐 [www.cemmarbella.cat](http://www.cemmarbella.cat)



### COM ARRIBAR?

Av. Litoral 86-96 08005 Barcelona



L4 Parada: Poblenou



V27 Parada: Pg Garcia  
H16 Fària - Jonquera



### HORARIS

Dilluns a divendres - 9h - 23h  
Dissabtes - 9h - 23h  
Diumenges - 9h - 15 h

\*Calendari d'afectacions disponible a la nostra pàgina web



## TARIFES HORARIS ACTIVITATS

laMARBELLA  
COMPLEXESPORTIUMUNICIPAL



laMARBELLA  
COMPLEXESPORTIUMUNICIPAL



## ABONAMENT MENSUAL

	Tipus	Matrícula	Quota
<b>Horari complet</b> (9h-23h)	Adults	53,56€	32,53€
	-18 anys, +65 anys, Targeta Rosa	34,29€	23,57€
<b>Accés a classes dirigides inclòs en l'Abonament Complet</b>			
<b>Matí migdia</b> (9h-16h)	Adults	53,26€	16,29€
	-18 anys, +65 anys, Targeta Rosa	34,29€	16,29€
<b>Tarda/nit</b> (20h-23h)	Adults	53,56€	20,38€
	-18 anys, +65 anys, Targeta Rosa	34,29€	20,38€

\*Caps de setmana inclosos en tots els abonaments. Accés segons horari d'obertura del centre

## PASSI PISTA TEMPORADA

(01/09 a 31/07)

Tipus	Preus temporada
Menors de 18 anys	150,06€
Entre 18 i 64 anys	283,60€
A partir de 65 anys	120,78€

\*Descomptes del 10% per a persones federades. Només accés a pista d'atletisme i sales.

## ENTRADES PUNTUALS

\* No accessible de dilluns a divendres de 17 h a 20 h

<b>Passi diari</b> (9h a 23h) <b>6,70€</b> <small>*sense matrícula</small>	<b>10 passis</b> (entre 6 i 64 anys) <b>56,78€</b> <small>*sense matrícula</small>	<b>10 passis</b> (desde 65 anys) <b>31,57€</b> <small>*sense matrícula</small>
---	---	---

### Inscripcions

- Dades bancàries (portar rebut o llibreta bancària)
- DNI (document original)
- Primer pagament a oficines

### Serveis

- Pista Atletisme
- Sales annexes (funcional, estiraments, musculació)
- Estructures d'entrenament funcional a l'aire lliure
- Vestidors amb dutxes i taquilles (d'ús puntual)
- Consulta condicions especials per abonats (interior)

## TRAMPOLÍ



### ESCOLES ESPORTIVES

#### Tarifes

Primària-ESO (sense competició)	Primària* (amb competició)	ESO (amb competició)	Adults
<b>47,49€/mes</b>	<b>71,79€/mes</b>	<b>75,10€/mes</b>	<b>27,61€/mes</b>

#### Horaris

P5 - 2n Primària	Dimecres i divendres	17:15h a 18:30h
3er - 4t Primària	Dimarts i dijous	17:15h a 18:30h
5è Primària - 1r ESO	Dimarts i dijous	18:30h a 19:45h
2n ESO - Batxillerat	Dimecres i divendres	18:30h a 19:45h
Grup Competició primària*	Dilluns	17:30h a 19:00h
Grup Competició ESO*	Dilluns Dimarts i dijous	19:00h a 20:30h 20:00h a 21:30h
Adults	Dimecres	20:00h a 21:30h

\*inscripció prèvia supervisió tècnica  
\*grup de competició, per més informació consulteu amb l'entitat

## BÀDMINTON



#### Tarifes

Primària-ESO Grup Blau	Adults Grup 1	Adults Grup 2	Adults Grups 3 i 4
<b>44,18€/mes</b>	<b>44,18€/mes</b>	<b>20€/mes</b>	<b>33,13€/mes</b>

#### Horaris

Primària	Dimarts i dijous	17:30h a 19:00h
ESO - Grup 1	Dimecres i divendres	16:00h a 17:30h
ESO - Grup 2	Dimarts i divendres	17:30h a 19:00h
Grup Blau (Asperger)	Dimecres i divendres	16:00h a 17:30h
Adults - Grup 1	Dimarts i dijous	16:00h a 17:30h
Adults - Grup 2	Dimarts	19:00h a 20:00h
Adults - Grup 3	Dimarts i dijous	20:00h a 21:00h
Adults - Grup 4	Dimarts i divendres	21:00h a 22:00h

## TRIATLÓ

#### Horaris

<b>Entrenament de Run</b>	Dimarts i dijous Dimecres Dijous	07:30h a 8:30h 14h a 15h 19:30h a 20:30h
<b>Entrenament Natació</b>	Dilluns i dimecres Dimarts	07:30h a 8:30h 14h a 15h
<b>Entrenament Ciclisme</b>	Dissabtes	08:30h a 11:30h*

\*L'horari pot variar segons la sessió

#### Tarifes

<b>1 entrenos</b> x setmana <b>40€</b>	<b>2 entrenos</b> x setmana <b>60€</b>	<b>3 entrenos</b> x setmana <b>80€</b>	<b>4 entrenos</b> x setmana <b>100€</b>
--	--	--	---

\*L'entrenos de ciclisme esta inclòs a totes les modalitats

Inscripcions i més informació a:  
[www.proamtraining.com](http://www.proamtraining.com)

**PROAM TRAINING**  
Ponte un reto