



AGENDA DE EVENTOS

MARZO 2025

TODO
EL MES

PUESTA A PUNTO PRIMAVERA

Pregunta a tu técnico de sala, asesórate y actualiza tu programa de entrenamiento con **nuestra App SoyO2 para alcanzar tus nuevos retos para el 2025.**

KICK BOXING

Prueba **GRATIS** una semana de Kick Boxing y ven acompañado de quien tú quieras.

SELECTED TRAINERS

Conoce nuestro nuevo servicio exclusivo de entrenamiento personal con Selected Trainers, solicita tu **Evaluación Personalizada + Guía Nutricional GRATUITA** y lleva tu entrenamiento a otro nivel. Más info. al 644925884.

MEDIA MARATÓN GRANADA

Prepárate con nosotros tu participación en la Media Maratón de Granda con estas clases especiales que hemos preparado durante todo el mes:

- **Día 3.** Masterclass 1º Entreno Específico para la Media Maratón Granada: "Piérdele el miedo a las cuestas" Ruta de 10 km. por algunas de las cuestas donde pasa la MMGranada A partir de las 19:30 H, apto para todos los niveles.
- **Día 10.** Entrenamos por el recorrido de la MMGranada viendo puntos clave. A partir de las 19:30, apto para todos los niveles. Recorrido de 10-12 kms.
- **Día 22.** Entreno específico con charla previa para afrontar con garantías la MMGranada. A partir de las 10:00 H. Recorrido de 15-17 kms.

4

DÍA MUNDIAL DE LA OBESIDAD

No te pierdas nuestra **Gts especial de Abdomen a partir de las 17:30 h + taller sobre: Obesidad vs Ejercicios Físico**

DEL 8
AL 14

RETO MUÉVETE POR ELAS

Acumula **MOVES** durante toda la semana, participa en nuestras **clases de Ciclo y Zone** y gana tu premio. Más info. pregunta a tú técnico de Sala Fitness.



AGENDA DE EVENTOS

MARZO 2025

8

DIA INTERNACIONAL DE LA MUJER OPEN DAY

Masterclass especial de **Zumba party**. A partir de las **12:00 h.**

13

¿TE GUSTARÍA IRTE A IBIZA CON TODOS LOS GASTOS PAGADOS Y PARTICIPAR EN LA CARRERA DE OBSTÁCULOS INTERNACIONAL REDBULL IBIZA ROYALE?

Pues no pierdas la ocasión de participar en las rondas clasificatorias y ganarte un super viaje para esta primavera. Más info. en recepción.

15

MASTERCLASS NATACIÓN MASTER

Masterclass Natación Master. **técnica de crol**. A partir de las **09:00 h.**

18

AQUACROSS INFANTIL (DE 10 A 16 AÑOS)

Iniciación a **ejercicios de fuerza aplicados al agua** para los nadadores/as que se están iniciando en la natación Master. **A partir de las 18:30 h.** Plazas limitadas. Mas info. en piscina

AQUACROSS ADULTOS

Apto para todos los niveles de nado. Plazas limitadas. **19:30 h.** **Ejercicios de Cross y natación** en una sesión divertida y en grupo.



AGENDA DE EVENTOS

MARZO 2025

**DEL 18
AL 19**

PAPIFIT

*¡Igue siendo el superhéroe de tu hijo. Oferta especial Entrenamiento Personal día del padre PapiFit: **Evaluación Personalizada 10 + 1 sesión regalo**. Más info. al 644925884.*

DIA DEL PADRE

*Regala salud y bienestar para el día del padre y benefíciate de nuestra oferta de **2x1 en sesiones de 1 hora de Fisioterapia**. Más info. en recepción.*

20

CELEBRA EL DÍA DE LA FELICIDAD CON EL INICIO PRIMAVERA

*Masterclass Zumba Flower. **A partir de las 19:00 h.***

**DEL 20
AL 22**

DÍA MUNDIAL DEL AGUA

***Puertas abiertas** esos días **para ver a los hijos y exhibición de los diferentes grupos** de la Escuela de natación. Todos los grupos y horas.*