cool corporate
sport&work

Residencias de Estudiantes

Todas las Clases del Gym a tu alcance ...

¿Cuáles Eliges?

Fitness

Zumba
Gap
Tonificación

Aerobic
Boxing
Salsa

Acuáticas

Aquagym
Aquatono
Aquaterapia

Aquapower
Natación
Tecnificación

Wellness

Yoga
Pilates
Hipopresivos

Streaching
Tai-Chi
AcroYoga

¿Cuántas Clases?

¿A qué **hora**?

¿Con qué **frecuencia**?

Los **Talleres** son pequeños seminarios específicos de máximo 2 horas de duración y de contenido teórico y práctico

Queremos incentivar la participación y desarrollar la temática de forma amena

Y Además ... Talleres

.

- En forma
- Nutrición
- Desarrollo personal
- Imagen personal

¿Hace buen tiempo?

Excursiones, Caminatas, Senderismo...

Cualquier excusa es buena para disfrutar el buen tiempo

Senderismo

Salidas BTT

Running

Kayak

Sky Weeks

Voley Playa

Padel Surf

Trecking

¿Tienes Dudas?

Beneficios para tu Residencia

- Valor Añadido
- Calidad Percibida
- Mejora de la Oferta
- Innovación
- Comodidad
- Despreocupación

Ellos no ...

Beneficios para tus Residentes

- Tener una vida activa
- Nivelar los niveles de ansiedad
- Estilo de vida saludable
- Interrelación grupal
- Seguridad y Autoestima
- Rendimiento y Crecimiento

cool corporate
sport&work