



## **\*\*NOVEDAD\*\***

### **ACTIVIDAD**

### **HORARIOS**

### **PLAZAS**

ACTIVIDAD	HORARIOS	PLAZAS
GLOBAL TRAINING	L-X-V 18:30-19:30	10

**QUÉ ES?** Es una actividad ITINERANTE, sin ubicación fija y, siempre que sea posible se realizará en exterior. En función de la programación de la semana y las condiciones meteorológicas, la zona de realización de la sesión variará.

**QUÉ SE TRABAJA?** Todos los segmentos corporales combinando ejercicios de diferentes modalidades (HIIT, pilates, estiramientos...).

**DÓNDE SE REALIZA?** Valle de Benasque

