

T'animes amb el primer esdeveniment de la temporada? Vine a l'Aquatló!

**Dissabte
29 de setembre**



11h | CURSA **FAMILIAR**



2 km de carrera a peu *adult*
200 m de natació *adult + infant*
1 km de carrera a peu *adult + infant*

**Un gran esdeveniment
obert a tothom**



9h | CURSA **FEDERATS / NO FEDERATS**



4 km de carrera a peu
1 km de natació
2 km de carrera a peu

**Mira les fotos i el vídeo de la
passada edició >>**

Vols ser-hi a les següents?

**Més informació i inscripcions a
cet10.com/aquatlo**



entrenadorpersonal

ACTIVA'T !!

Vine a l'**OPEN WEEK**
d'entrenadorpersonal
del 17 al 23 de setembre

Pas **1** > Escull entrenador
Pas **2** > Escull dia i hora
Pas **3** > Reserva a recepció
Pas **4** > I gaudeix de...

**1 sessió d'EP gratuïta
i 1 estudi corporal de regal**

GRAN NOVELTAT



MASTER PRESENTACIÓ

Dimecres

12/9

a les 19 h

Sua, tonifica i vibra

Viu la nova
experiència
CETCycle



Imagina una sessió coreografiada d'alta intensitat sobre bici de cycling on no tot és pedalar!
Màxim consum calòric, màxima diversió.. **VINE A PROVAR-HO , ET SORPRENDREM !!**

sb SoulBody™

*Nova Classe des del
dilluns 3 de setembre*



FARÀS SERVIR MÈTODES D'ENTRENAMENT

DE LA DANSA

PER ASSOLIR L'OBJECTIU DE LA SESSIÓ

FORÇA - EQUILIBRI - FLEXIBILITAT-RESISTÈNCIA

BACdeRODA i els centres CET10 et porten aquesta temporada en exclusiva a Espanya el **SOULBODY**, una activitat dirigida que triomfa als Estats Units al combinar els beneficis del treball amb barra amb exercicis atlètics executats amb una consciència plena. Aquesta activitat dirigida incorpora els principis del Pilates, la saviesa del ioga i el poder del ballet.

Encara no l'has provat? vine!!!

Equip d'entrenadors formats per a impartir sessions de Soulbody als centres CET10 >>>



Del 3 al 14 de setembre

PORTES OBERTES
d'Activitats Complementàries

Vine a provar-les!



**Consulta els
horaris aquí**

