

Novetats BdR

Publicació mensual per als abonats

Gener 2019 #32

CET10®
Bac de Roda
centre esportiu municipal

Preparats per gaudir de **la millor sala de fitness de Barcelona?**

**INAUGUREM EL
10 DE GENER!!**

Arriba una nova
manera de viure
el fitness
Preparats?

Què hi trobaràs?

+ DE 70 ESTACIONS
CARDIOVASCULARS

100% CONNECTIVITAT

MÀQUINES SKILLRUN
SKILLBIKE - SKILLROW

STAIRCLIMBER

ZONA CROSSTRaining

ESPAI DIFERENCIAT PER A
ESTIRAMENTS I ABDOMINALS

E-GYM: MÀQUINES DE FORÇA
AMB CONNECTIVITAT

MÀQUINES DE PALANCA PURE



No és HAWAII... és el nou BOARDFIT :)

Activitat sobre plataforma que millora
l'equilibri, la propiocepció, la força
i la resistència d'una manera amena
i divertida.

A partir del 21/01
a la piscina gran!



Els estudis científics han demostrat els beneficis del treball sobre
superfícies inestables perquè proporciona una triple inestabilitat
proporcionada pel propi usuari, la taula sobre l'aigua i les
turbulències provocades pels companys.



WOW!!

Preparada
per inspirar-te!

Has vist
la nova
imatge
de la
sala 2?

COMENÇA L'ANY AMB **FORÇA**

PORTA un amic/ga
Del 14 al 31 de gener
i aconseguiràs
UN MES GRATIS

Més info sobre
el repte

L'amic/ga tindrà
MATRÍCULA + UN MES GRATIS*
si supera el repte*