



CLASES GRUPALES

- 🌀 YOGA TERAPÉUTICO
- 🌀 PILATES TERAPÉUTICO
- 🌀 GIMNASIA ABDOMINAL HIPOPRESIVA
- 🌀 K-STRETCH
- 🌀 ENTRENAMIENTO FUNCIONAL
- 🌀 SALUD
- 🌀 TRABAJO CORPORAL CONSCIENTE

**CLASES DIRIGIDAS POR PROFESIONALES DE LA SALUD | GRUPOS REDUCIDOS | VISIÓN TERAPÉUTICA Y UNIPERSONAL*

☎ 94 410 25 54 ✉ info.bilbao@fisio-clinics.com

🌐 www.bilbao.fisio-clinics.com

📍 Fisioclinics Bilbao

📍 Avda. Sabino Arana 10, Bilbao - Bizkaia



PREPARADOS, LISTOS, ¡YA! ¡PONTE EN FORMA CON FISIOCLINICS!

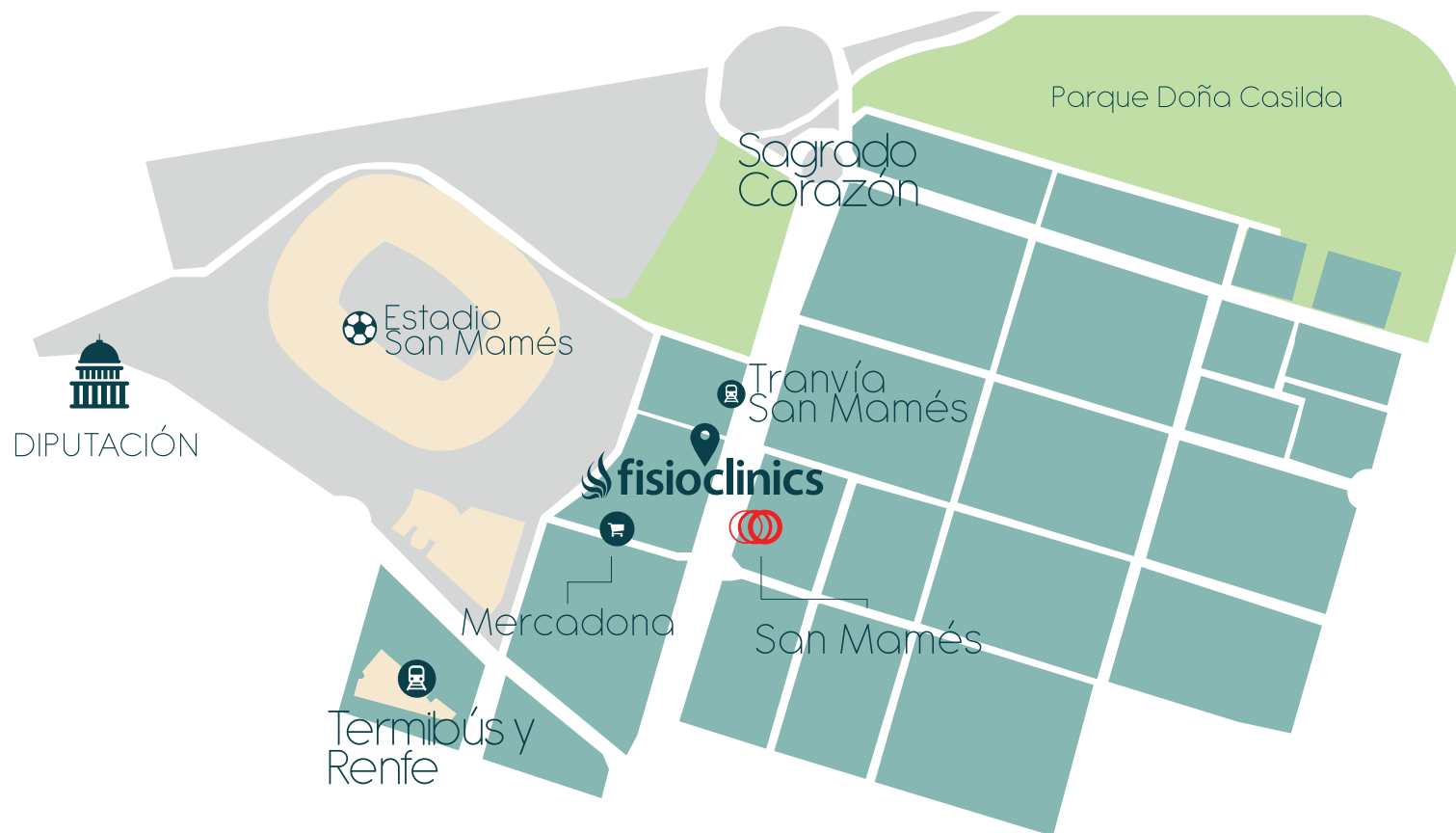


	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
8:00h		ENTREN. FUNCIONAL 8:30h a 9:30h		ENTREN. FUNCIONAL 8:30h a 9:30h	
9:00h		SALUD 9:30h a 10:30h	YOGA TERAPÉUTICO 9:30h a 11:00h	SALUD 9:30h a 10:30h	
10:00h	PILATES TERAPÉUTICO 10:00h a 11:00h				TRABAJO CORPORAL 10:30h a 11:30h
11:00h	YOGA TERAPÉUTICO 11:00h a 12:30h		PILATES TERAPÉUTICO 11:00h a 12:00h		
12:00h					
13:00h					
14:00h					
15:00h		HIPO PRESIVOS 15:00h a 16:00h		YOGA TERAPÉUTICO 15:00h a 16:00h	
16:00h					
17:00h	ENTREN. FUNCIONAL 16:30h a 17:30h				
18:00h	SALUD 17:30h a 18:30h	YOGA TERAPÉUTICO 18:00h a 19:30h		PILATES TERAPÉUTICO 18:00h a 19:00h	
19:00h	K-STRETCH 18:30h a 19:30h	PILATES TERAPÉUTICO 19:30h a 20:30h	HIPO PRESIVOS 19:30h a 20:30h	K-STRETCH 19:30h a 20:30h	
20:00h			TRABAJO CORPORAL 20:30h a 21:30h		
21:00h					
22:00h					

- 60€/MES - 1 HORA/SEMANA**
LOS EJERCICIOS DE PILATES COMBINAN EL TRABAJO DE ESTABILIDAD ARTICULAR CON ESTIRAMIENTOS Y EJERCICIOS DE CONTROL MOTOR.
- 70€/MES - 1,5 HORAS/SEMANA | 60€/MES - 1 HORA/SEMANA**
EL YOGA ES UNA DISCIPLINA MILENARIA QUE HA DEMOSTRADO CIENTÍFICAMENTE TENER CAPACIDAD DE REDUCIR EL ESTRÉS Y MEJORAR LA MOVILIDAD ARTICULAR.
- 50€/MES - 1 HORA A LA SEMANA**
¿TE SIENTES CANSADO Y BAJO EN FORMA? INÍCIATE DE NUEVO EN LA ACTIVIDAD CON NUESTROS ENTRENADORES PERSONALES. ¡SIÉNTETE CON ENERGÍA!
- 50€/MES - 1 HORA A LA SEMANA**
LA GIMNASIA ABDOMINAL HIPOPRESIVA ESTÁ INDICADA PARA TONIFICAR LA MUSCULATURA DE LA FAJA ABDOMINAL Y EL SUELO PÉLVICO.
- 50€/MES - 1 HORA A LA SEMANA**
EL TRABAJO CORPORAL CONSCIENTE ENTIENDE A LA PERSONA COMO UN TODO, UNA VARIACIÓN POSTURAL DE CAMBIOS EMOCIONALES.
- 50€/MES - 1 HORA A LA SEMANA**
¿ESTÁS PREPARADO? VAMOS A LLENARNOS DE SALUD Y ENERGÍA CON LOS PLANES DE ENTRENAMIENTO GRUPAL EN FISIOCLINICS.
- 50€/MES - 1 HORA A LA SEMANA**
COMPAÑERO PERFECTO DE EJERCICIOS CLÁSICOS DE STRETCHING GLOBAL, EVITA COMPENSACIONES Y DA MÁS POSIBILIDADES A LAS CLASES GRUPALES.

*POSIBILIDADES DE PAGO: EFECTIVO O TARJETA O POR N° DE CUENTA (TRAER JUSTIFICANTE O ENVIARLO POR EMAIL).
N° CUENTA: FISIO CEGETE: ES75 0081 4282 73 0001093620

Tan cerca, tan fácil...



 Termibús a 2 minutos andando de la Clínica

 Estación de Metro San Mamés a 30 segundos de la Clínica

 Parada de Tranvía de San Mamés a 20 metros de la Clínica