

Las cuotas incluyen

Matrícula gratis para todos los socios.

Uso de taquillas y duchas a diario.

Entrenamientos personalizados y supervisados por monitor.

Sin límite de horarios o clases.

Normas básicas F10

Los pagos se efectuarán obligatoriamente entre el 1 y 5 de cada mes.

Al apuntarse como nuevo socio, se abonará en el acto.

Es necesario traer una foto o fotocopia al darse de alta como nuevo socio.

Cada cuota está sometida a subidas de impuestos.

Los precios no son negociables, no se admiten cambios de un mes o semanas.

El dinero no es reembolsable por falta de asistencia.

Las clases se realizarán en los horarios indicados y con 4 asistentes como mínimo.

La dirección no se responsabiliza de la pérdida o robo de objetos.

Queda prohibido subir fotos o vídeos a las redes sociales sin permiso previo.

El cliente se hará cargo de los desperfectos por uso indebido del material.

Durante todo el mes de Agosto el centro permanecerá cerrado por vacaciones.



Calle Fuentelarreina 14 (Zamora)

Tlf. 639 977 367

www.f10sportcenter.com

 facebook.com/f10sportcenter

 [@f10sportcenter](https://instagram.com/f10sportcenter)



[HORARIO DE SALA DE MÁQUINAS]

LUNES A VIERNES: 8:00 A 22:30 H.

SÁBADOS: 11:30 A 14 H.

www.f10sportcenter.com

HORARIO DE CLASES F10 SPORT CENTER

	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado
10:15 11:15	T.A.F.		HiitBox		Aerobic Step	
12:30 13:15						Zumba
15:45 16:30		Pilates		Pilates		
18:00 18:45	Zumba			Zumba		
19:00 20:00	T.A.F.		G.A.P.*	HiitBox	JUMPFIT*	
19:45 20:30			TRX		JUMPFIT	
20:30 21:30	G.A.P.*	HiitBox	Pilates Streching*	T.A.F.		
21:30 22:15	ZumbaToning	JUMPFIT	Zumba	Bokwa Fitness Strong by Zumba		

* Duración de la clase: 45 minutos

Cuotas

ASISTENCIA 1 DÍA

8,00€
por día

MES NATURAL todo incluido

33,00€
al mes

QUINCENA | SEMANA

20,00€
15 | 7 DÍAS

1|15 o 15|30

Antes se
abonará el mes
completo.

BONO 3 MESES

84,00€
por trimestre
28€ al mes

Meses
consecutivos.
No se admiten
cambios en los
meses.

TGT

20,00€
por sesión

TOTAL GRAVITY
TRAINING
1 hora de
entrenamiento.
Sesión Personalizada.



CARDIO BOXING

Amplia experiencia en Hit Box con sacos. Combina el aeróbico con juegos de simulación de todo tipo de artes marciales y deportes de contacto



TRATAMIENTO DE MUSCULACIÓN

Con nuestras rutinas personalizadas conseguirás tus objetivos en nuestra sala de máquinas.



CARDIO Y AERO FITNESS

Ejercicios metabólicos y aeróbicos para mejorar la cardiorespiración y quemar grasas.



PREPARACIÓN DE OPOSICIONES

Con nuestras rutinas personalizadas conseguirás tus objetivos en nuestra sala de máquinas.



STRETCHING

Estiramientos musculares para mejorar flexibilidad y dolencias localizadas.



REHABILITACIÓN DE LESIONES

Desde F10 crearemos una tabla personalizada de ejercicios para mejorar la recuperación.