



ACTIVIDADES COLECTIVAS

BIKE XTREM: Entrenamiento aeróbico realizado sobre una bicicleta, muy eficaz para quemar calorías, mejorar el sistema cardiovascular respiratorio y fortalecer partes de la musculatura del cuerpo.

PILATES: Es un sistema de entrenamiento psíquico y mental, une la fuerza muscular, el control mental, la respiración y relajación.

GAP: Clase de tonificación sobre la musculatura de los glúteos, abdominales y piernas

STEP: Clase coreografiada donde se utiliza un escalón para subir y bajar al ritmo de la música.

STEP TONO: Clase de tonificación usando el escalón

DANZA DEL VIENTRE: Clase de baile especial para mujeres

CARDIO BOXING: Clase cardiovascular basada en movimientos y golpes del boxeo

TAEK BOX: Clase cardiovascular basada en movimientos y golpes de taekwondo y boxeo

AERODANCE O AEROLIS: Asocia el aeróbic con el baile, clase coreografiada con diferentes ritmos salsa, hip hop, funky, country,..

BODY PUMP: Clase divertida y dinámica donde se toman los mejores ejercicios de musculación y se realizan al ritmo de la música.

BODY POWER: Clase de tonificación para todo el cuerpo intentando afinar y definir la silueta corporal.

AQUAGYM: Ejercicios en el agua aprovechando la resistencia de esta y el menor impacto de las articulaciones

AQUADANCE: Clases de baile dentro del agua.

LATINO: Clase aeróbica con música latina, no hace falta pareja

BAILES DE SALON POR PAREJAS

BAILES LATINOS POR PAREJAS

ABD: Clases de 30 min. para la zona abdominal

STIRANDOTE: Clases de estiramientos de 30 min.

BAILA BODA.: Clases para bailar con estilo y elegancia el día de la boda.

STAR 10 BODA: Clases especiales para estar delgado y en forma el día de la boda

OTROS.

DEPARTAMENTO DE DIETÉTICA Y NUTRICIÓN

- ENTRENAMIENTOS PERSONALES
- CLASES GRUPALES PERSONALES
- ANIMACIÓN Y ESPECTACULO PARA OCASIONES ESPECIALES REQUERIDAS POR EL HOTEL
- CONGRESOS,,CURSOS Y EVENTOS DEPORTIVOS



Socio Mensual Star 10

Cuota Mensual: 55,00 €

Matrícula: 70,00 €

(Oferta apertura: Gratuita).

Incluye:

- Acceso a todas las actividades colectivas excepto bailes de salón.
- Libre uso de las instalaciones del gimnasio en los horarios publicados.
- 20% de descuento en la modalidad contratada al tercer miembro de una misma unidad familiar siempre y cuando los tres posean la cuota mensual Star 10.
- 10% de Descuento en suplementos y ropa deportiva.
- Circuito Spa a 10,00 € para el socio o acompañantes, válido de domingo a partir de las 17:00 horas hasta el jueves a las 21:00 Horas.
- 20% de Descuento en todos los tratamientos y servicios del Spa, válido en tratamientos reservados de domingo a partir de las 17:00 horas hasta el viernes a las 21:00 Horas.
- Precios Especiales en el alquiler de Canchas de Padel.
- Precios especiales para acceder a la Piscina exterior en verano.
- 5% de Descuento en la contratación de Eventos (Bodas, Comuniones, Bautizos, Cumpleaños, etc.)
- Precio especial en el Menú de medio día en el restaurante la Montaña
- Precios especiales en los desayunos del Restaurante La Villa.
- 10% de descuento en la cafetería del Hoyo 19.

Condiciones:

Es indispensable realizar reserva de todas las actividades colectivas en la recepción del spa.

Es indispensable realizar reserva de todos los servicios contratados en el spa (Circuito spa, terapias y tratamientos).

Para acceder al Circuito spa el socio deberá traer consigo bañador o bikini, gorrito y sandalias de piscina, toalla o albornoz, calcetín de látex y 1 € para el uso de las taquillas.

Cuotas y descuentos válidos hasta el 31 de diciembre del 2010, excepto en la matrícula de inscripción.

Plazas limitadas.

El gimnasio Star 10 puede limitar el derecho de admisión en caso de que así se requiera por razones de imperativo legal o para preservar el correcto funcionamiento de las instalaciones.





Socio Mensual Gold Star 10

Cuota Mensual Gold: 75,00 €

Matrícula: 70,00 €
(Oferta apertura: Gratuita)

Incluye:

- Acceso a todas las actividades colectivas excepto bailes de salón.
- Libre uso de las instalaciones del gimnasio en los horarios publicados.
- Uso de toalla diaria para el gimnasio.
- 20% de descuento en la modalidad contratada al tercer miembro de una misma unidad familiar.
- 10% de Descuento en suplementos y ropa deportiva.
- 1 Pase para el Circuito Spa al mes válido de domingo a partir de las 17:00 horas hasta el jueves a las 21:00 Horas.
- Circuito Spa a 10,00 € para el socio o acompañantes, válido de domingo a partir de las 17:00 horas hasta el viernes a las 21:00 Horas.
- 20% de Descuento en todos los tratamientos y servicios del Spa, válido en tratamientos reservados de domingo a partir de las 17:00 horas hasta el viernes a las 21:00 Horas.
- Precios Especiales en el alquiler de Canchas de Padel.
- Precios especiales para acceder a la Piscina exterior en verano.
- Parking gratuito.
- 5% de Descuento en la contratación de Eventos (Bodas, Comuniones, Bautizos, Cumpleaños, etc.)
- Precio especial en el Menú de medio día en el restaurante la Montaña
- Precios especiales en los desayunos del Restaurante La Villa.
- 10% de descuento en la cafetería Hoyo 19.

Condiciones:

Es indispensable realizar reserva de todas las actividades colectivas en la recepción del spa.

Es indispensable realizar reserva de todos los servicios contratados en el spa (Circuito spa, terapias y tratamientos).

Para acceder al Circuito spa el socio deberá traer consigo bañador o bikini, gorrito y sandalias de piscina, toalla o albornoz, calcetín de látex y 1 € para el uso de las taquillas.

Cuotas y descuentos válidos hasta el 31 de diciembre del 2010, excepto en la matrícula de inscripción.

Plazas Limitadas.

El gimnasio puede limitar el derecho de admisión en caso de que así se requiera por razones de imperativo legal o para preservar el correcto funcionamiento de las instalaciones.





Socio Anual Star 10

Cuota Anual: 480,00 €

(Oferta hasta el 19 de enero 2010, después 540 €)

Matrícula: 70,00 €

(Oferta apertura: Gratuita).

Incluye:

- Acceso a todas las actividades colectivas excepto bailes de salón.
- Libre uso de las instalaciones del gimnasio en los horarios publicados.
- 20% de descuento en la modalidad contratada al tercer miembro de una misma unidad familiar siempre y cuando los tres posean la cuota mensual Star 10.
- 10% de Descuento en suplementos y ropa deportiva.

- Circuito Spa a 10,00 € para el socio o acompañantes, válido de domingo a partir de las 17:00 horas hasta el jueves a las 21:00 Horas.
- 20% de Descuento en todos los tratamientos y servicios del Spa, válido en tratamientos reservados de domingo a partir de las 17:00 horas hasta el viernes a las 21:00 Horas.
- Precios Especiales en el alquiler de Canchas de Padel.
- Precios especiales para acceder a la Piscina exterior en verano.

- 5% de Descuento en la contratación de Eventos (Bodas, Comuniones, Bautizos, Cumpleaños, etc.)
- Precio especial en el Menú de medio día en el restaurante La Montaña
- Precios especiales en los desayunos del Restaurante La Villa.
- 10% de descuento en la Cafetería Hoyo 19.

Condiciones:

Es indispensable realizar reserva de todas las actividades colectivas en la recepción del spa.

Es indispensable realizar reserva de todos los servicios contratados en el spa (Circuito spa, terapias y tratamientos).

Para acceder al Circuito spa el socio deberá traer consigo bañador o bikini, gorrito y sandalias de piscina, toalla o albornoz, calcetín de látex y 1 € para el uso de las taquillas.

Cuotas y descuentos válidos hasta el 31 de diciembre del 2010, excepto en la matrícula de inscripción.

Plazas limitadas.

El gimnasio Star 10 puede limitar el derecho de admisión en caso de que así se requiera por razones de imperativo legal o para preservar el correcto funcionamiento de las instalaciones.





Socio Anual Gold Star 10

Cuota Anual Gold: 680,00 €

(Oferta hasta el 19 de enero de 2010, después 720 €)

Matrícula: 70,00 €

(Oferta apertura: Gratuita).

Incluye:

- Acceso a todas las actividades colectivas excepto bailes de salón.
- Libre uso de las instalaciones del gimnasio en los horarios publicados.
- Uso de toalla diaria para el gimnasio.
- 20% de descuento en la modalidad contratada al tercer miembro de una misma unidad familiar.
- 10% de Descuento en suplementos y ropa deportiva.

- 1 Pase para el Circuito Spa al mes válido de domingo a partir de las 17:00 horas hasta el jueves a las 21:00 Horas.
- Circuito Spa a 10,00 € para el socio o acompañantes, válido de domingo a partir de las 17:00 horas hasta el viernes a las 21:00 Horas.
- 20% de Descuento en todos los tratamientos y servicios del Spa, válido en tratamientos reservados de domingo a partir de las 17:00 horas hasta el viernes a las 21:00 Horas.
- Precios Especiales en el alquiler de Canchas de Padel.
- Precios especiales para acceder a la Piscina exterior en verano.

- Parking gratuito.
- 5% de Descuento en la contratación de Eventos (Bodas, Comuniones, Bautizos, Cumpleaños, etc.)
- Precio especial en el Menú de medio día en el restaurante la Montaña
- Precios especiales en los desayunos del Restaurante La Villa.
- 10% de descuento en la cafetería Hoyo 19.

Condiciones:

Es indispensable realizar reserva de todas las actividades colectivas en la recepción del spa.

Es indispensable realizar reserva de todos los servicios contratados en el spa (Circuito spa, terapias y tratamientos).

Para acceder al Circuito spa el socio deberá traer consigo bañador o bikini, gorrito y sandalias de piscina, toalla o albornoz, calcetín de látex y 1 € para el uso de las taquillas.

Cuotas y descuentos válidos hasta el 31 de diciembre del 2010, excepto en la matrícula de inscripción.

Plazas Limitadas.

El gimnasio puede limitar el derecho de admisión en caso de que así se requiera por razones de imperativo legal o para preservar el correcto funcionamiento de las instalaciones.

