



**100% DE DESCOMPTE EN
LA MATRÍCULA PER A
FER-SE ABONAT/DA SI ES
CONTRACTA EL SERVEI**

Horari de la instal·lació

De dilluns a divendres de 6:30h a 22:30h

Dissabtes de 8:00h a 20:00h

Diumenges i festius de 8:00h a 15:00h

Carrer Viladordis 5, Manresa

93 874 47 50

Info.piscines@aiguesmanresa.cat

www.piscinesmanresa.cat

@piscinesmanresa



AIGÜES
MANRESA

SMALL GROUPS 2025





KIDS TRAINING

L'Small Group és un servei d'entrenament en grups reduïts amb un objectiu comú.

Per a infants de 6 a 11 anys.

Exercicis físics pensats per a treballar el desenvolupament de les habilitats motrius bàsiques, la coordinació, la flexibilitat, la força i la resistència. Millorar l'estat d'ànim dels infants i fomentar hàbits positius i saludables.

COM FUNCIONA?

Els grups són d'un mínim de 4 inscrits i un màxim de 6. Guiats en tot moment per un tècnic que adaptarà l'activitat a les necessitats individuals i a les del grup.

L'entrenament consisteix en una o dues sessions a la setmana d'una durada d'75 minuts.

	Abonat/des*	No abonats/des
1 sessió/setmana	42.10 €	52.63 €
2 sessions/setmana	63.16 €	78.90 €

*Preu per abonats/des i per a fills i filles d'abonats/des.

TEENS TRAINING

L'Small Group és un servei d'entrenament en grups reduïts amb un objectiu comú.

Per adolescents entre 12 i 15 anys.

Millora del condicionament físic i l'ajuda a un correcte desenvolupament fisiològic, amb entrenaments adaptats a cada persona, de forma divertida i segura. Ajuda a millorar l'estat d'ànim, els hàbits positius i saludables.

COM FUNCIONA?

Els grups són d'un mínim de 4 inscrits i un màxim de 6. Guiats en tot moment per un tècnic que adaptarà l'activitat a les necessitats individuals i a les del grup.

L'entrenament consisteix en una o dues sessions a la setmana d'una durada d'75 minuts.

	Abonat/des*	No abonats/des
1 sessió/setmana	42.10 €	52.63 €
2 sessions/setmana	63.16 €	78.90 €

*Preu per abonats/des i per a fills i filles d'abonats/des.



OPOS TRAINING

L'Small Group és un servei d'entrenament en grups reduïts amb un objectiu comú al servei de les persones que preparen oposicions (bombers, mossos d'esquadra, CAFE...).

COM FUNCIONA?

Els grups són d'un mínim de 4 persones i un màxim de 6.

En les sessions d'entrenament en grup i dirigides per un tècnic, es treballen els exercicis físics de les proves, com millorar la tècnica, guanyar força i agilitat per a obtenir el millor resultat.

Amb aquest servei, els abonats, tenen inclòs l'ús de la sala i el material per lliure un dia a la setmana. Els no abonats, podran fer-ho amb l'adquisició d'una entrada puntual (horaris a consultar).

La durada de la sessió és de 90 minuts (horaris a consultar).

	Abonat/des	No abonats/des
1 sessió/setmana	42.10 €	52.63 €