

# XIMNASIA MANTEMENTO 7AM

## 1. Introducción

Neste documento determínanse as condicións da actividade de ximnasia de mantemento para adultos ás 7 a.m. da **Sociedad Gimnástica de Pontevedra**. Dirixida a aquelas persoas interesadas en practicar actividade física de forma regular e supervisada.

## 2. Grupos, horarios e instalación

| Días                    | Horario      | Lugar              | Prazas | Duración         |
|-------------------------|--------------|--------------------|--------|------------------|
| Luns, Mércores e Venres | 7:00 – 08:00 | Pavillón Municipal | 30     | Novembro – Xullo |

A actividade dará comezo o día 3 de novembro, e finalizarán o último día laboral do mes de xullo. Nas datas festivas ou cando a instalación non estea dispoñible **non haberá actividade**.

## 3. Desenvolvemento da actividade

A actividade levarase a cabo **con máscara** nos espazos dispoñibles do pavillón municipal. Existirá a posibilidade de facer uso dos vestiarios e duchas.

## 4. Inscricións e cotas

As inscricións realizaranse a través do seguinte enlace:

<https://app.cluber.es/clubes/238c438fcb7b548f726628a36f0b8074395fb0b/inscripcion>

A **cota** da actividade é de **35 €/mes**. Os pagos realizaranse a través da APP Cluber aplicando cargos na tarxeta vinculada ao usuario. A cota a seleccionar é **“Mantemento 7 am”**

## 5. Admisión

Os/As participantes serán admitidxs por orde rigoroso de inscrición ata completar o número de prazas. O número mínimo de participantes para iniciar o grupo será de 10 persoas. No caso de superar as 30 prazas, crearase unha lista de espera, e no momento que se produzan baixas, chamarase ao seguinte da lista para ocupar dita praza.

Aquela persoa que non abone a contía ou falte durante un mes sen causa xustificada perderá a súa praza.

## 6. Máis información

Para obter máis información, pónase en contacto no email: [info@sgpontevedra.com](mailto:info@sgpontevedra.com). Se prefire falar por teléfono, envíenos un número de contacto ao email e o chamaremos.