Ajuntament de Palma | És Esport | IME

ACTIVITATS 2023 -2024

	ACTIVITATS ADULTS									
	SON MOIX	SON HUGO	GERMANS ESCALAS	XAVI TORRES	RUDY FERNÁNDEZ	EXTERIORS	S'ESTEL	SON ROCA	TONI SERVERA	MARGA CRESPÍ
Aiguagim	PAD	PAD	PAD				PAD			
Aiguasalut										
Abdominals/estiraments			PAD				PAD			
Cardiotó							PAD			
Condicionament Físic							PAD			
Entrenament en circuit	PAD		PAD							
Entrenament en suspensió		PAD								
Entrenament funcional		PAD					PAD			
Estiraments	PAD		PAD				PAD			
Fit dance	PAD		PAD				PAD			
Fitnes										
GAC	PAD		PAD				PAD			
Gimnàstica integral		PAD								
Gimnàstica suau			PAD							
HCF	PAD									
HIIT		PAD								
Ioga	PAD	PAD	PAD				PAD			
Manteniment	PAD	PAD	PAD				PAD			
Natació										
Natació combinada										
Natació correctiva										
Natació entrenament										
Natació prepart i postpart										
Pilates	PAD	PAD	PAD				PAD			
PROGRAMA PAD										
TaitxÍ	PAD	PAD					PAD			
Tennis										

Ajuntament de Palma | És Esport | IME

ACTIVITATS 2023 -2024

	ACTIVITATS INFANTILS. Inici setembre									
	SON MOIX	SON HUGO	GERMANS ESCALAS	XAVI TORRES	RUDY FERNÁNDEZ	EXTERIORS	S'ESTEL	SON ROCA	TONI SERVERA	MARGA CRESPÍ
Fit dance										
Natació	*+ 6 mesos inici novembre		*+ 6 mesos							
Psicomotricitat										
Tennis										
	PREVISIÓ ESCOLES ESPORTIVES MUNICIPALS									
Futbol										
Handbol										
Patinatge										