

# Què t'oferim:

- ▼ Activitats dirigides
- ▼ Activitats per a gent gran
- ▼ Atletisme
- ▼ Bàsquet i mini-bàsquet
- ▼ Borsa de col·laboradors
- ▼ Botiga - Store
- ▼ Boxa & Grappling
- ▼ Campus d'estiu
- ▼ Casals esportius
- ▼ Cursets de natació
- ▼ Entrenador personal
- ▼ Escacs
- ▼ Espai infantil i sala d'estudi
- ▼ Especialització esportiva
- ▼ Excursionisme
- ▼ Festes i aniversaris
- ▼ Fisioteràpia
- ▼ Formació esportiva
- ▼ Fotosport
- ▼ Gimnàs (fitness i musculació)
- ▼ Gimnàstica Rítmica
- ▼ Hapkido
- ▼ Hoquei patins
- ▼ Iniciació esportiva
- ▼ Lloguer d'instal·lacions
- ▼ Natació
- ▼ Natació artística
- ▼ Nits d'estiu
- ▼ Nutrició esportiva
- ▼ Pàdel
- ▼ Parc de Nadal
- ▼ Patinatge Artístic
- ▼ Preparacions físiques
- ▼ Promoció esportiva
- ▼ Restauració
- ▼ Running
- ▼ Salvament i Socorrisme
- ▼ Taekwondo
- ▼ Tecnificació esportiva
- ▼ Tennis
- ▼ Triatló
- ▼ Trobades escolars

\* **Activitats, programes, seccions esportives i serveis oferts sempre que hi hagi un número mínim d'inscrits.**



## RUNNING 2023-2024

INFORMA-TE'N A:

 Avinguda Marià Fortuny, 5  
43204 Reus

 [facebook.com/reusploms](https://facebook.com/reusploms)

 Telèfon 977 75 75 20

 [twitter.com/CNREUSPLOMS](https://twitter.com/CNREUSPLOMS)

 [info@reusploms.cat](mailto:info@reusploms.cat)

 [www.reusploms.cat](http://www.reusploms.cat)



## ENTRENAMENTS 2023-2024

Categoria	Dies	Hores
Majors d'edat	Dimarts i dijous	19:30 - 20:45

<b>Temporalitat</b>	Del dimarts 05 de setembre de 2023 al dimarts 30 de juliol de 2024
---------------------	--

Amb aquest servei pretenem ajudar als socis a aconseguir els seus objectius mitjançant entrenaments per a la millora de les capacitats físiques i de la tècnica de carrera.

Tots els entrenaments es duen a terme a la pista d'Atletisme del Club.



## ECONÒMIC 2023-2024

Categoria	Quantitat
Majors d'edat	Quota de soci + 15,00€/mes

### OBSERVACIONS

<b>Targeta d'accés</b>	3,00 €
------------------------	--------

Assegurança Esportiva
Cal afegir el pagament de l'assegurança esportiva obligatòria

### DESCOMPTES

Pagaments agrupats	Descompte del 10% en la quota de secció
Mes de pagament	Mesos coberts
Setembre 2023	Setembre, octubre, novembre i desembre 2023
Desembre 2023	Gener, febrer, març i abril 2024
Abril 2024	Maig, juny i juliol 2024