



Comença el compte enrere

REpte 6 SETMANES

#ÀccuraSummer



SUMA 96 PUNTS DURANT 6 SETMANES I EMPORTA'T LA NOVA SAMARRETA CLUBS ÀCCURA!

- Reserva les teves activitats/entrenament a l'app i suma 16 punts/setmana.
- Una vegada realitzades, apunta-les juntament amb la seva puntuació a la part del darrere de latargeta per portar el control de la teva evolució. En finalitzar el repte, apropa't a recepció per validar la teva activitat i recull el teu premi!

COMUNITAT	ACTIVITAT	DURACIÓ	PUNTS
Comunitat RUNNING	à-Running	75'	6
Comunitat CYCLING	à-Cycling	45'	5
Comunitat MOVING	Zumba	55'	5
Comunitat MIND	loga, Pilates, Stretching	55'	4
	Esquena sana i Stretching express	30'	3
Comunitat SWIMMING	Natació	30'	3
	Aquafitness, Aquacardio	45'	4
	Aquapilates	45'	6
	Suphiit	45'	6
Comunitat FITNESS	Entrenament cardiovascular	30'	3
	à-WOD	30'	3
	GAP express	30'	3
	ABD	15'	2
	TRX	30'	4
	Tonificació (Bodypump, Booty, GAP, à-Fit)	55'	6
	Cardiovasculars (Boxa, à-Jump)	55'	6
	3xHIIT	45'	6
Comunitat PADEL/TENNIS	Pàdel, Tennis	1h	6
Entrenament PERSONAL	En funció de l'entrenament el tècnic o tècnica decidirà la puntuació		4
			5
			6