

# ARIKETA FISIKOA ETA OSASUNA 2023/2024

ASTELEHEN eta OSTEGUNAK

🕒 14:30 - 15:30

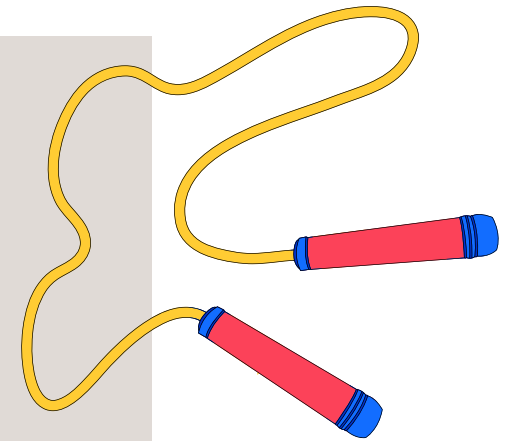
Tarifak:

Astean egun bat; 25 €/hilean

Astean bi egun: 35 €/hilean

Hasiera eguna: urriak 16

KARDIO +  
TONIFIKAZIOA



PILATES +  
HIPOPRESIBOAK

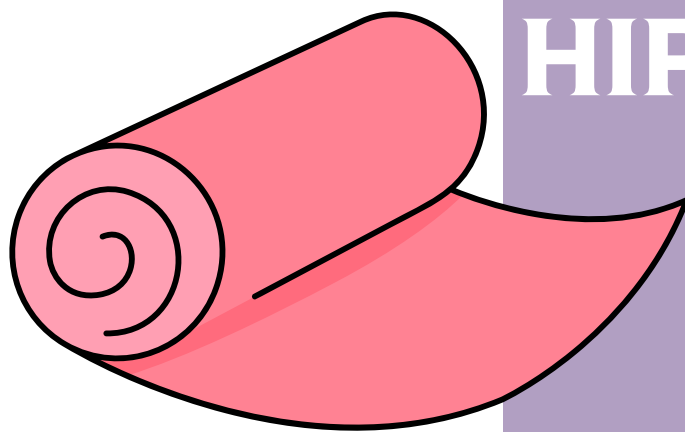
OSTIRALAK

🕒 15:30 - 17:00

Tarifa:

25 €/hilean

Hasiera eguna: urriak 20



ASTEARTE eta OSTEGUNAK

🕒 9:15 - 10:15

Tarifa:

15 €/hilean

Hasiera eguna: urriak 17

HIRUGARREN  
ADINEKO  
MANTENIMENDUA



BURU ETA  
GORPUTZ  
ESTIMULAZIOA

ASTELEHEN ETA OSTIRALAK

🕒 10:00 - 11:30

Matia-Goxarako Maribi Lopezekin.

Hasiera eguna: hasita dago, baina plazak badaude.



ZALDIBIAKO  
UDALA

**IZEN EMATEA:**  
**URRIAK 3**

**Aukera gehiago ere aztertzen ari gara eta gustora jasoko ditugu herritarren ekarpenak. Horretarako jo Kultur Etxera.**

KARREANE KULTUR ETXEA - 943 16 03 38 - [www.zaldibia.eus](http://www.zaldibia.eus)

# BESTE AUKERA BATZUK ERE BADIRA..

Ariketa eta osasuna Zaldibian, eragileen eskutik



## HAURRENTZAT

ESKOLA KIROLA - MULTIKIROLA PROGRAMA  
ESKU PILOTA (Gaztelupe Pilota Kluba)  
PATINAK (Irristaka Patinatze Taldea)  
MENDIZALETASUNA (Gailurrerantz Mendi Elkarteak)  
DANTZA (Iztueta Dantza Taldea)



## GAZTETXO ETA HELDUENTZAT

ESKU PILOTA (Gaztelupe Pilota Kluba)  
PATINAK (Irristaka Patinatze Taldea)  
MENDIZALETASUNA (Gailurrerantz Mendi Elkarteak)  
DANTZA (Iztueta Dantza Taldea)  
ARETO FUTBOLA (Ausa-Zaldibi Futbol Kluba)  
ERRITMO KIROLA (Aske Talde Feminista)  
TIPI-TAPA (Beti Gazte Elkarteak)  
WUSHU (Zaldibiko wushu taldea)  
YOGA (YOKE Yoga Klasiko Elkarteak)

