

Què cal portar per fer l'activitat?

Roba esportiva, aigua, ulleres de sol i, si es vol, escarpins i gorra.

A quina hora podem entrar al club si no en som abonats?

15 minuts abans de l'inici del curset podeu accedir al club amb el carnet i canviar-vos al vestidor.

Si un dia plou es recupera l'entrenament?

Sempre que sigui possible mirarem de no perdre l'entrenament, sigui entrenant un altre dia o recuperant la classe en un altre grup d'entrenament.

Com puc saber el meu nivell d'entrenament?

El millor és que t'apuntis al nivell que creguis oportú i, un cop acabat l'entrenament, l'entrenador t'orientarà sobre quina és la millor opció.

Si un dia falto puc recuperar-lo un altre dia?

Sí, sempre que sigui possible l'entrenador t'orientarà sobre com fer-ho.

Si necessites aclarir algun dubte més, envia un correu electrònic a smateu@claror.cat