

## CENTRAL DE POLE®

Lunes ... 16:00 a 22:00  
M, X, J, V ... 11:00 a 22:00  
Sábado ... 11:30 a 16:00

RRSS ... @centraldepole



- **RESERVA TUS CLASES** con una semana de antelación.
- Realiza **CANCELACIONES O CAMBIOS** con mínimo 24 horas de antelación. Después, la clase se dará por consumida.
- Revisa la **CADUCIDAD DE LOS BONOS** antes de que finalice el periodo de validez. Después, se darán por consumidos.

## Precios

|              |      |                 |      |
|--------------|------|-----------------|------|
| Clase suelta | 25 € | Clase de prueba | 15 € |
|--------------|------|-----------------|------|

## Open Post

|             |              |
|-------------|--------------|
| Hora suelta | Tarifa plana |
| 5 €         | 30 €/mes     |

Entrenamiento libre para alumnos con bono de clases activo. Es imprescindible reservar hora para asistir.

Válido desde el día 1 hasta el día 30/31 de cada mes.

|             |             |              |              |
|-------------|-------------|--------------|--------------|
| 4 clases    | 6 clases    | 8 clases     | 10 clases    |
| <b>74 €</b> | <b>96 €</b> | <b>118 €</b> | <b>144 €</b> |

|                              |             |
|------------------------------|-------------|
| Clase extra con bono mensual | <b>16 €</b> |
|------------------------------|-------------|

|                                                           |             |             |              |
|-----------------------------------------------------------|-------------|-------------|--------------|
| <b>Tarifa económica</b> de 16h<br>a 19h de lunes a jueves | 4 clases    | 6 clases    | 8 clases     |
|                                                           | <b>70 €</b> | <b>90 €</b> | <b>110 €</b> |

**3 meses de validez desde la primera clase consumida.**

|             |              |
|-------------|--------------|
| 5 clases    | 10 clases    |
| <b>85 €</b> | <b>160 €</b> |

## SÁBADOS MATERCLASS

|          |                                                                             |                                                                          |
|----------|-----------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------|
| 05 sept. | <u>11:00 - 13:00</u><br><b>Handstands (Verticales)</b> 20€<br>Sala 2 · CRIS |                                                                          |
| 12 sept. | X                                                                           | X                                                                        |
| 19 sept. | <u>11:00 - 13:00</u><br><b>Handstands (Verticales)</b> 20€<br>Sala 2 · CRIS | <u>13:00 - 14:30</u><br><b>Workshop Exotic</b> 55€<br>Sala 1 · TERE      |
| 26 sept. | <u>11:30 - 13:00</u><br><b>Sensual Floorwork</b> 35€<br>Sala 2 · NAT        | <u>13:00 - 14:30</u><br><b>Flexibilidad Activa</b> 25€<br>Sala 1 · TANIA |

# HORARIOS BIENESTAR

Septiembre 2026

CENTRAL DE POLE®

YOGA PILATES PILATES TERAPEÚTICO FLEXI ACTIVA KPOP FLOORWOK VERTICALES

| LUNES                                | MARTES                   | MIÉRCOLES                     | JUEVES | VIERNES                               | SÁBADO                                          |
|--------------------------------------|--------------------------|-------------------------------|--------|---------------------------------------|-------------------------------------------------|
| 15:00 - 16:00                        | 16:00 - 17:00            | 18:00 - 19:15                 |        | 16:00 - 17:00                         | 11:00 - 13:00                                   |
| Pilates terapéutico<br>Sala 2 · GEMA | Pilates<br>Sala 2 · GEMA | Hatha Yoga<br>Sala 2 · AINARA |        | Pilates<br>Sala 2 · GEMA              | Sábados alternos<br>Verticales<br>Sala 2 · CRIS |
| 17:30 - 18:45                        | 18:00 - 19:00            | 19:15 - 20:30                 |        | 17:00 - 18:00                         | 13:00 - 14:00                                   |
| Hatha Yoga<br>Sala 2 · AINARA        | Kpop<br>Sala 2 · NAT     | Hatha Yoga<br>Sala 2 · AINARA |        | Pilates<br>Sala 2 · GEMA              | Pilates terapéutico<br>Sala 2 · GEMA            |
| 20:30 - 21:30                        |                          | 20:30 - 21:30                 |        | 18:00 - 19:00                         |                                                 |
| Hatha Yoga<br>Sala 2 · AINARA        |                          | Vinyasa Yoga<br>Sala 2 · GEMA |        | Floorwork<br>Sala 2 · NAT             |                                                 |
|                                      |                          |                               |        | 19:00 - 20:00                         |                                                 |
|                                      |                          |                               |        | Kpop<br>Sala 2 · NAT                  |                                                 |
|                                      |                          |                               |        | 20:00 - 21:00                         |                                                 |
|                                      |                          |                               |        | Flexibilidad activa<br>Sala 2 · TANIA |                                                 |

## SÁBADOS MATERCLASS

|          |                                                               |                                                            |
|----------|---------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------|
| 05 sept. | 11:00 - 13:00<br>Handstands (Verticales) 20€<br>Sala 2 · CRIS |                                                            |
| 12 sept. | X                                                             | X                                                          |
| 19 sept. | 11:00 - 13:00<br>Handstands (Verticales) 20€<br>Sala 2 · CRIS | 13:00 - 14:30<br>Workshop Exotic 55€<br>Sala 1 · TERE      |
| 26 sept. | 11:30 - 13:00<br>Sensual Floorwork 35€<br>Sala 2 · NAT        | 13:00 - 14:30<br>Flexibilidad Activa 25€<br>Sala 1 · TANIA |

## Normativa

- RESERVA TUS CLASES con una semana de antelación.
- Realiza CANCELACIONES O CAMBIOS con mínimo 24 horas de antelación. Después, la clase se dará por consumida.
- Revisa la CADUCIDAD DE LOS BONOS antes de que finalice el período de validez. Una vez finalizado, las clases no se podrán recuperar ni se realizarán devoluciones.
- RESERVA TU MASTERCLASS con antelación realizando el pago anticipado.
- Realiza la CANCELACIÓN de tu masterclass con 3 días de antelación. Después, no se realizarán devoluciones.

Calle Juan Pascual de Mena, 26

Horario apertura:

Lunes ... 16:00 a 22:00

M, X, J, V ... 11:00 a 22:00

Sábado ... 11:30 a 16:00

Teléfono ... 91 470 08 96

Whatsapp ... 628 685 408

Email ... centraldepole@gmail.com

Web ... www.centraldepole.com

RRSS ... @centraldepole

## Precios

|              |      |                 |      |
|--------------|------|-----------------|------|
| Clase suelta | 15 € | Matrícula       | 20 € |
|              |      | Clase de prueba | 10 € |

### BONOS MENSUALES

Válido desde el día 1 hasta el día 30/31 de cada mes.

|                              |          |          |           |
|------------------------------|----------|----------|-----------|
| 4 clases                     | 6 clases | 8 clases | 10 clases |
| 37 €                         | 48 €     | 60 €     | 73 €      |
| Clase extra con bono mensual |          |          | 10 €      |

### BONOS TRIMESTRALES

3 meses de validez desde la primera clase consumida.

|          |           |
|----------|-----------|
| 5 clases | 10 clases |
| 48 €     | 90 €      |

### MASTERCLASS BIMENSUAL

Válido desde el día 1 hasta el 30/31 de cada mes.

|                   |       |        |
|-------------------|-------|--------|
| KPOP / VERTICALES | 1 día | 2 días |
|                   | 20 €  | 37 €   |

### MASTERCLASS MENSUAL

|                                  |      |
|----------------------------------|------|
| Sensual Floorwork (1h 30min)     | 35 € |
| Workshop: Exotic Pole (1h 30min) | 55 € |
| Flexibilidad Activa (1h 30min)   | 25 € |
| Suelo Pélvico (1h)               | 18 € |
| Yoga (1h)                        | 18 € |