

BONO WELLNESS

Sala Fitness

Actividades dirigidas

Balneario

OTROS SERVICIOS

Fisioterapia,

Balneoterapia, Masajes,

Osteopatía, Rayos UVA...



CLUB WELLNESS

EXCLUSIVO PARA SOCIOS/ABONADOS HELIOS



CENTRO NATACIÓN
HELIOS



SALA FITNESS

(Incluido en Bono Wellness)

Acceso ilimitado a la sala fitness con el asesoramiento de nuestro personal del Club Wellness.

Sala de 400 m² dividida en varias zonas: cardiovascular, máquinas isotónicas, peso libre, estiramientos, circuito OMNIA y entrenamiento de fuerza PURE STRENGTH. Maquinaria de última generación Technogym, tecnología Visioweb y Wellness System.

ACTIVIDADES DIRIGIDAS

(Incluido en Bono Wellness)

Acondicionamiento físico / Bodycombat / Bodypump
Chi Kung / Cycling / Espalda Sana / Estiramientos express
Fit-Dance / G.A.P. / Helios Wod / Omnia / Pilates / Ritmos
Step / Total-Training / Vital T / Yoga / Zumba



GIMNASIO

BALNEARIO

HORARIOS*

L-V	07:10 a 22:00h.	L-V	14:10 a 22:00h.
S*	08:10 a 14:30h y 17:00 a 20:00h.	M-V	09:00 a 22:00h y
D/F	08:10 a 14:30h.	S*	09:00 a 14:30h y 17:00 a 20:00h.
		D/F	09:00 a 14:30h.

PRECIOS

BONO ANUAL	255 €	BONO MENSUAL	42 €
BONO TRIMESTRAL	104 €	ACCESO DIARIO	10 €

* Horarios susceptibles de modificación por fuerza mayor o a criterio de la Junta Directiva.

* Sábados de julio y agosto, el Club Wellness cierra del Club Wellness a las 14:30 h.

Todos los servicios son exclusivos para socios/abonados de Helios.



BALNEARIO

(Incluido en Bono Wellness)

Entrada libre (aforo limitado) al balneario, pudiendo realizar cualquiera de los circuitos programados.

Baño de vapor / Bañera de hidromasaje
Ducha escocesa / Ducha nebulizada / Sauna seca
Pasillo de hidroterapia bitérmico / Fuente de hielo
Ducha secuencial bitérmica / Tumbonas calefactadas
Ducha lluvia fría / Ducha cubo

MASAJES

Terapéutico / Deportivo / Marmático / long Bao
Drenaje linfático manual / Masaje relax SPA / Masaje oriental
Masaje anticelulítico / Kinesio Taping

BALNEOTERAPIA

Chocolaterapia / Vinoterapia
Limpieza facial / Limpieza corporal
Shiatshu facial / Exfoliación corporal
Envoltura corporal / Vendas frías
Pies sanos / Algoterapia
Tratamiento perla / Oroterapia

FISIOTERAPIA

RAYOS UVA

OSTEOPATÍA



WELLNESS

Un estilo de vida que tiene como fundamento el bienestar general.

Desde el Centro Natación Helios te proponemos una serie de programas que te ayudarán a alcanzar la deseada **armonía entre el cuerpo y la mente.**

Nuestras actividades, tratamientos y ejercicios están dirigidos por un completo equipo de profesionales de la salud, el deporte y el bienestar.



Avda. José Atarés, 1 • 50018 Zaragoza

www.cnhelios.com

Club Wellness • 976 79 81 57 • clubwellness@cnhelios.com