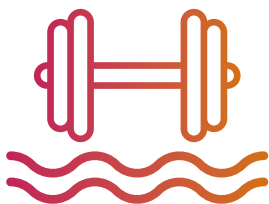




**AQUA**  
FITNESS



# ACTIVIDADES **FITNESS ACUÁTICO**

¡Descubre todas nuestras actividades de fitness acuático!

---

Aqua Spinning  
Sup Yoga  
Aqua Jump  
Aqua Step

# FITNESS | AQUA SPINNING

Es perfecto porque logra combinar el ejercicio fuerte del spinning, con los beneficios que ofrece el agua, como relajar músculos, eliminar estrés y mejorar la presión arterial.

 30 m2

 1-2 Horas

 Lanzarote | Fuerteventura |  
Gran Canaria



Escanea para mirar  
un vídeo del  
producto



# FITNESS | SUP YOGA

---

El Sup Yoga es una disciplina que está arrasando en todo el mundo, una formidable alternativa para ponerse en forma con tan solo hacer equilibrio sobre el agua. Puede parecer muy sencillo, pero para mantenerse de pie hay que trabajar mucho los músculos del cuerpo.

 30 m2

 1-2H

 Lanzarote | Fuerteventura |  
Gran Canaria



Escanea para mirar  
un vídeo del  
producto



# FITNESS | AQUA JUMP

El trampolín acuático es una excelente herramienta, gracias a que el hecho de saltar y disponer de apoyo nos abre un sinfín de opciones de ejercicios. Con una clase de Aqua Jump activamos la musculatura de todo el cuerpo sin ningún impacto que pueda provocar lesiones.

 10 m2

 1-2 Horas

 Lanzarote | Fuerteventura |  
Gran Canaria



Escanea para mirar  
un vídeo del  
producto



# FITNESS | AQUA STEP

---

El Aquastep es un novedoso ejercicio acuático de step convencional bajo el agua, al que muchos especialistas reconocen como un ejercicio muy completo. Se caracteriza por ejercicios que se realizan sobre una plataforma (step acuático) en la zona no profunda de la piscina.

 25 m<sup>2</sup>

 1-2 Horas

 Lanzarote | Fuerteventura |  
Gran Canaria

