

En **Xtreme Gymnastics** ofrecemos un programa diseñado especialmente para adolescentes que buscan **retarse, superarse y alcanzar su máximo potencial.**

Cada clase tiene una duración de 2 horas, planificadas para aprovechar al máximo el tiempo:

20 minutos de calentamiento.

4 rotaciones de entrenamiento, trabajando los **4 aparatos oficiales** de la gimnasia artística femenina:



Salto de caballo – potencia y velocidad.



Barras asimétricas – fuerza y técnica.



Viga de equilibrio – control, precisión y equilibrio.



Manos libres – expresión y acrobacias.



Aplicamos el **Programa Nacional de la Federación Mexicana de Gimnasia** para garantizar un avance seguro, con bases técnicas sólidas y progresión constante.

HORARIOS

lunes	martes	miércoles	jueves	viernes	sábado
PM 4 a 6	PM 4 a 6	PM 4 a 6	PM 4 a 6	PM 4 a 6	---
PM 6 a 8	PM 6 a 8	PM 6 a 8	PM 6 a 8	PM 6 a 8	---
---	---	---	---	---	AM 10 a PM 12

Puedes elegir cualquier día y horario de tu preferencia.

COSTOS

INSCRIPCIÓN \$ 800.00

Clase muestra \$100.00

TEENS

Hrs. X Semana	2026	
	Tarifa pronto pago Del 01 al 05 de cada mes	Tarifa regular Del 06 al 15 de cada mes
1	\$ 825.00	\$ 865.00
2	\$ 1,270.00	\$ 1,335.00
3	\$ 1,805.00	\$ 1,895.00
4	\$ 2,215.00	\$ 2,325.00
5	\$ 2,655.00	\$ 2,790.00



LO QUE ENCONTRARÁS EN NUESTRAS CLASES

- ✓ Ejercicios para mejorar fuerza, flexibilidad y resistencia.
- ✓ Entrenamientos que desarrollan disciplina, confianza y enfoque mental.
- ✓ Un ambiente motivador, con amigos que comparten tu pasión por el deporte.
- ✓ Entrenadores certificados y espacios adaptados para tu crecimiento.





Dirección:



Av 29 Pte 2710,
Puebla, Pue.
C.P. 72400

Teléfono:

222 134 3271

