



PISCINA



SALA DE FITNESS



VESTIDORS



SALES ACTIVITATS DIRIGIDES



SOLÀRIUM

Els preus aplicats corresponen als preus aprovats per l'any 2026.
A partir de 2027 s'aplicaran els nous preus aprovats per l'Ajuntament de Barcelona.

C. Telègraf, 31-45
Tel. 93 446 42 60
cemguinardo@cemguinardo.cat
www.cemguinardo.cat

Serveis de salut 2026





QUÈ OFERIM?

- Quotes a partir de 35,84 € tot inclòs*.
- Un assessorament esportiu gratuït de 20 minuts
- Més de 100 activitats dirigides incloses a la quota
- Cursos de natació, activitats complementàries de rehabilitació...

- * Preu quota matí +65 anys o targeta rosa.
- ** Matricula gratuïta presentant prescripció mèdica o social del CAP Maragall, CAP Sanllehy i CAP Guinardó.



PILATES SPRINGBOARD

Activitat dirigida de pilates amb màquina per a tots als públics. Gràcies a les màquines de Pilates Springboard, es podran realitzar diferents exercicis amb l'ajuda o la resistència d'aquestes. Els nostres entrenadors adaptaran els exercicis a les necessitats de cadascú per treballar la força de core i la correcció postural.

	Abonat	No abonat
1 dia / setmana	149,90 €	189,90 €
2 dies / setmana	249,90 €	314,90 €
Matricula	Gratuïta	26,13 €



AIGUA I SALUT

Activitat dirigida pel **fisioterapeuta** del centre que es realitza a la **piscina**. Té com a objectiu la prevenció de lesions i/o recuperació de persones amb patologies físiques mitjançant la pràctica d'exercicis terapèutics, atenent les particularitats de cadascú.

***Imprescindible apuntar-se a recepció.**

Dimarts i dijous a les 18.15h

	Abonat	No abonat
1 dia / setmana	24,89 €	49,85 €
2 dies / setmana	49,78 €	99,70 €
Matricula	Gratuïta	26,13 €



FISIOSALUT

Activitat dirigida pel **fisioterapeuta** del centre, que té com a objectiu la prevenció de lesions i/o recuperació de persones amb patologies físiques mitjançant la pràctica d'exercicis terapèutics, atenent les particularitats de cadascú.

Dimarts i dijous a les 17.15h

	Abonat	No abonat
1 dia / setmana	14,92 €	28,61 €
2 dies / setmana	29,84 €	57,22 €
Matricula	Gratuïta	26,13 €

Per a més informació:

cemguinaldo@cemguinaldo.cat

www.cemguinaldo.cat

Tel. 93 446 42 60

C. Telègraf, 31-45



ENTRENAMENT PERSONAL

Amb els nostres entrenadors/es qualificats podràs aconseguir de manera eficient i segura els objectius que et proposis per gaudir d'un estil de vida saludable. Tindran cura de tu en tot moment, vetllaran per la teva salut i et motivaran per aconseguir aquells nous reptes que et proposis. Les sessions es poden realitzar a sala de fitness, piscina, sales d'activitats, etc. **Prova el servei d'entrenament personal amb un ASSESSORAMENT GRATUÏT amb un entrenador/a.** Sessions a partir de 33,82 €

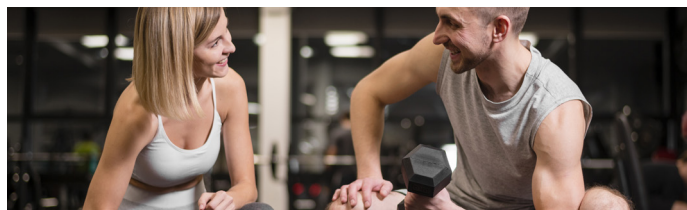


FISIOTERÀPIA

Posem a la teva disposició un equip de **fisioterapeutes qualificats**, per assessorar-te i aconsellar de quins exercicis i activitats són més adients per a tu. El primer assessorament és **gratuït** pels abonats i abonades del centre.

***Servei disponible per a no abonats del centre.**

	Abonat
Sessió 45'	33,82 €
Sessió 60'	42,80 €



ACTIVITATS DIRIGIDES DEL CENTRE

De dilluns a diumenge. Activitats d'intensitat baixa*: GIMSUAU, ESTIRAMENTS, PILATES, AIGUAGIM. Altres activitats de mitja-alta intensitat: ZUMBA, BODY BURN, BODYPUMP, CYCLING...

***Activitats específiques per a gent gran, recuperació de lesions i rehabilitació.**