

Nota de prensa

La Escuela de Vela Puerto Portals lanza el nuevo Plan Activa-t

El plan enmarca actividades como el Sup Pilates, Aguagym, entrenamientos funcionales y travesías a vela, kayak o paddle surf

Puerto Portals reactiva la temporada de verano con una atractiva y novedosa propuesta para ponerse en forma tras el confinamiento, el Plan Activa-t, un proyecto que pretende cultivar el cuerpo y la mente a través de las actividades físicas de Sup Pilates, Aquagym, entrenamientos funcionales y travesías a vela, kayak o padel surf.

La técnica de Sup Pilates es una fusión del método pilates y el mar a través de las tablas de padel surf, una manera de conectar cuerpo y naturaleza que aporta equilibrio, concentración y flexibilidad.

Por su parte, el aguagym es una variante acuática del aeróbic, que mejora la resistencia muscular y cardiovascular, por lo que es positiva para todos los públicos. Los entrenamientos funcionales, que se llevarán a cabo en la playa del Oratori, constan de diferentes métodos que favorecen la pérdida de peso, mejoran la postura del cuerpo y tonifica la musculatura, entre otros muchos beneficios.

Los horarios de las actividades de Sup Pilates, Aquagym y los entrenamientos funcionales son de mañana, de 08.30h a 10h aproximadamente, y tienen un coste de 12 a 15 euros por sesión, también existe la posibilidad de contratar bonos mensuales.

Las travesías se desarrollan como actividades recreativas para conectar con el mar y explorar la costa en grupos. A lo largo de dos horas un monitor especializado guiará la actividad y acompañará a los usuarios a diferentes puntos de la costa de Calvià que merece la pena conocer.

La Escuela de Vela Puerto Portals continúa este verano ofreciendo su tradicional escuela multiactividad, dirigida a niños de entre 6 a 12 años, con horario de 9h a 16h desde el 22 de junio al 04 de septiembre. En el campus los niños aprenderán a navegar a vela, practicar kayak y padel surf, así como disfrutar y conocer el mar.

www.puertoportals.com

Para más información – Prensa

Isabel Blokker / m. +34 689 584 218 / email: prensa@puertoportals.com