

**HORARIO  
ACTIVIDADES  
DIRIGIDAS.  
DESDE EL 05/07/2021**

**CARDIO**

**TONIFICACIÓN MUSCULAR**

**CUERPO/MENTE**

**AGUA**

HORA	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
07:00	7:15 - 8:05 S. CICLO <b>CICLO</b>	7:15 - 8:10 SALA 1 <b>BODY PUMP</b>	7:15 - 8:05 S. CICLO <b>CICLO</b>	7:15 - 8:10 SALA 1 <b>BODY PUMP</b>	7:15 - 8:05 S. CICLO <b>CICLO</b>		
09:00	9:30 - 10:20 PISCINA 1 <b>AQUAGYM</b>	9:30 - 10:20 PISCINA 1 <b>AQUAGYM</b>	9:30 - 10:20 PISCINA 1 <b>AQUAGYM</b>	9:30 - 10:20 PISCINA 1 <b>AQUAGYM</b>	9:30-10:20 PISCINA 1 <b>AQUAGYM</b>		
	9:30 - 10:20 SALA 1 <b>FITNESS</b>	9:30 - 10:20 SALA 3 <b>PILATES</b>	9:30 - 10:20 SALA 1 <b>FITNESS</b>	9:30 - 10:20 SALA 3 <b>PILATES</b>	9:30 - 10:20 SALA 1 <b>FITNESS</b>		
		9:45 - 10:35 SALA 1 <b>FITNESS</b>		9:45 - 10:35 SALA 1 <b>FITNESS</b>			
10:00	10:30 - 11:20 SALA 3 <b>PILATES</b>	10:30-11:20 SALA 3 <b>FLAMENCO</b>	10:30 - 11:20 SALA 3 <b>PILATES</b>	10:30-11:20 SALA 3 <b>FLAMENCO</b>	10:30 - 11:20 SALA 3 <b>PILATES</b>	10:00-10:50 S C <b>CICLO</b>	10:00-10:50 S C <b>CICLO</b>
	10:45 -11:35 S. CICLO <b>CICLO</b>	10:45 -11:40 SALA 1 <b>BODY PUMP</b>	10:45 -11:35 S. CICLO <b>CICLO</b>	10:45 -11:40 SALA 1 <b>BODY PUMP</b>	10:45 -11:35 S. CICLO <b>CICLO</b>	10:30 - 11:20 P1 <b>AQUAGYM</b>	10:30 - 11:20 P1 <b>AQUAGYM</b>
11:00	11:30 -12:20 SALA 3 <b>YOGA</b>	11:00 -11:50 S.H <b>BOX 50'</b>	11:30 -12:20 SALA 3 <b>YOGA</b>	11:00 -11:50 S.H <b>BOX 50'</b>	11:30 -12:20 SALA 3 <b>YOGA</b>	11:00 -11:55 S 1 <b>BODY PUMP</b>	11:00 -11:55 S.1 <b>BODY PUMP</b>
	11:45 -12:40 SALA 1 <b>BODY PUMP</b>		11:45 -12:40 SALA 1 <b>BODY PUMP</b>		11:45 -12:40 SALA 1 <b>BODY PUMP</b>		
12:00						12:10-13:00 S C <b>CICLO</b>	12:10-13:00 S.C <b>CICLO</b>
14:00	14:30 - 15:25 SALA 1 <b>BODY PUMP</b>	14:30 -15:20 S. CICLO <b>CICLO</b>	14:30 - 15:25 SALA 1 <b>BODY PUMP</b>	14:30 -15:20 S. CICLO <b>CICLO</b>			

1: Sala 1 (planta 2) · 2: Sala 2 (planta 2) · 3: Sala 3 (planta 3) · Sala F (planta 4).  
C: Sala Ciclo (planta 2) · P: Piscina (Planta 0) · Sala H (planta 4)

**HORARIO  
ACTIVIDADES  
DIRIGIDAS.  
DESDE EL 05/07/2021**

**CARDIO**

**TONIFICACIÓN MUSCULAR**

**CUERPO/MENTE**

**AGUA**

HORA	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO
17:00	17:00 - 17:50 SALA 3 <b>PILATES</b>		17:00 - 17:50 SALA 3 <b>PILATES</b>			
18:00	18:00 - 18:50 SALA CICLO <b>CICLO</b>	18:00 - 18:50 SALA CICLO <b>CICLO</b>	18:00 - 18:50 SALA CICLO <b>CICLO</b>	18:00 - 18:50 SALA CICLO <b>CICLO</b>	18:00 - 18:50 SALA CICLO <b>CICLO</b>	
	18:00 - 18:50 SALA H <b>BOX 50'</b>	18:00 - 18:55 SALA 1 <b>BODY PUMP</b>	18:00 - 18:50 SALA H <b>BOX 50'</b>	18:00 - 18:55 SALA 1 <b>BODY PUMP</b>		
	18:00 - 18:50 SALA 1 <b>FITNESS</b>	18:00 - 18:50 SALA H <b>G-SHAPE 50'</b>	18:00 - 18:50 SALA 1 <b>FITNESS</b>	18:00 - 18:50 SALA H <b>G-SHAPE 50'</b>		
19:00	19:00 - 19:50 SALA CICLO <b>CICLO</b>	19:00 - 19:50 SALA CICLO <b>CICLO</b>	19:00 - 19:50 SALA CICLO <b>CICLO</b>	19:00 - 19:50 SALA CICLO <b>CICLO</b>	19:00 - 19:50 SALA 1 <b>BODY PUMP</b>	
	19:00 - 19:50 SALA H <b>G-SHAPE 50'</b>	19:00 - 19:50 SALA 3 <b>YOGA</b>	19:00 - 19:50 SALA H <b>G-SHAPE 50'</b>	19:00 - 19:50 SALA 3 <b>YOGA</b>		
	19:00 - 19:55 SALA 1 <b>BODY PUMP</b>	19:00 - 19:50 SALA 2 <b>BODY COMBAT</b>	19:00 - 19:55 SALA 1 <b>BODY PUMP</b>	19:00 - 19:50 SALA 2 <b>BODY COMBAT</b>		
	19:00 - 19:50 SALA 3 <b>BODY BALANCE</b>		19:00 - 19:50 SALA 3 <b>BODY BALANCE</b>			
	19:00 - 19:50 SALA 2 <b>ZUMBA</b>		19:00 - 19:50 SALA 2 <b>ZUMBA</b>			
20:00	20:00 - 20:50 SALA CICLO <b>CICLO</b>	20:00 - 20:50 SALA CICLO <b>CICLO</b>	20:00 - 20:50 SALA CICLO <b>CICLO</b>	20:00 - 20:50 SALA CICLO <b>CICLO</b>		
	20:00 - 20:50 PISCINA 2 <b>AQUAGYM</b>	20:00 - 20:50 PISCINA 2 <b>AQUAGYM</b>	20:00 - 20:50 PISCINA 2 <b>AQUAGYM</b>	20:00 - 20:50 PISCINA 2 <b>AQUAGYM</b>	20:00 - 20:50 PISCINA 2 <b>AQUAGYM</b>	
	20:00 - 20:30 SALA H <b>GAP 30'</b>	20:00 - 20:50 SALA H <b>BOX 50'</b>	20:00 - 20:30 SALA H <b>GAP 30'</b>	20:00 - 20:50 SALA H <b>BOX 50'</b>	20:00 - 20:50 SALA CICLO <b>CICLO</b>	
	20:00 - 20:50 SALA 3 <b>PILATES</b>	20:00 - 20:50 SALA 1 <b>BODY PUMP</b>	20:00 - 20:50 SALA 3 <b>PILATES</b>	20:00 - 20:50 SALA 1 <b>BODY PUMP</b>		
	20:00 - 20:50 SALA 1 <b>BODY PUMP</b>	20:00 - 20:50 SALA 2 <b>FLAMENCO</b>	20:00 - 20:50 SALA 1 <b>BODY PUMP</b>	20:00 - 20:50 SALA 2 <b>FLAMENCO</b>		
		20:00 - 20:50 SALA 3 <b>PILATES</b>		20:00 - 20:50 SALA 3 <b>PILATES</b>		
21:00	21:00 - 21:30 SALA H <b>BOX 30'</b>	21:00 - 21:30 SALA H <b>G-SHAPE 30'</b>	21:00 - 21:30 SALA H <b>BOX 30'</b>	21:00 - 21:30 SALA H <b>G-SHAPE 30'</b>		

1: Sala 1 (planta 2) · 2: Sala 2 (planta 2) · 3: Sala 3 (planta 3) · Sala F (planta 4).  
C: Sala Ciclo (planta 2) · P: Piscina (Planta 0) · Sala H (planta 4)