

## HORARIO DE ACTIVIDADES DIRIGIDAS

- **CARDIO**
- **TONIFICACIÓN MUSCULAR**
- **CUERPO/MENTE**
- **AGUA**

DESDE EL 02/08/2021

HORA	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
07:00	7:30 - 8:20 SALA CICLO <b>CICLO</b>	7:30 - 8:25 HANGAR 1 <b>BODY PUMP</b>	7:30 - 8:20 SALA CICLO <b>CICLO</b>	7:30 - 8:25 HANGAR 1 <b>BODY PUMP</b>	7:30 - 8:20 SALA CICLO <b>CICLO</b>		
08:00	8:30 - 9:20 HANGAR 2 <b>PILATES</b>	8:30 - 9:20 SALA CICLO <b>CICLO</b>	8:30 - 9:20 HANGAR 2 <b>PILATES</b>	8:30 - 9:20 SALA CICLO <b>CICLO</b>	8:30 - 9:20 HANGAR 2 <b>PILATES</b>		
	8:30 - 9:20 HANGAR 3 <b>FIT-GAP</b>		8:30 - 9:20 HANGAR 3 <b>FIT-GAP</b>		8:30 - 9:20 HANGAR 3 <b>FIT-GAP</b>		
09:00	9:30 - 10:20 HANGAR 2 <b>YOGA</b>	9:30 - 10:20 HANGAR 3 <b>GAP</b>	9:30 - 10:20 HANGAR 2 <b>YOGA</b>	9:30 - 10:20 HANGAR 3 <b>GAP</b>	9:30 - 10:20 HANGAR 2 <b>YOGA</b>		
	9:30 - 10:20 SALA CICLO <b>CICLO</b>	9:30 - 10:20 HANGAR 2 <b>ZUMBA</b>	9:30 - 10:20 SALA CICLO <b>CICLO</b>	9:30 - 10:20 HANGAR 2 <b>ZUMBA</b>	9:30 - 10:20 SALA CICLO <b>CICLO</b>		
10:00	10:00 - 10:45 PISCINA <b>HIDROGIMNASIA</b>	10:30 - 11:20 PISCINA <b>AQUAGYM</b>	10:00 - 10:45 PISCINA <b>HIDROGIMNASIA</b>	10:30 - 11:20 PISCINA <b>AQUAGYM</b>			
	10:30 - 11:20 LUDO <b>GIMNASIA SUAVE</b>	10:30 - 11:20 SALA CICLO <b>CICLO</b>	10:30 - 11:20 LUDO <b>GIMNASIA SUAVE</b>	10:30 - 11:20 SALA CICLO <b>CICLO</b>			
	10:30 - 11:25 HANGAR 1 <b>BODY PUMP</b>	10:30 - 11:20 LUDO <b>GIMNASIA SUAVE</b>	10:30 - 11:25 HANGAR 1 <b>BODY PUMP</b>	10:30 - 11:20 LUDO <b>GIMNASIA SUAVE</b>	10:30 - 11:25 HANGAR 1 <b>BODY PUMP</b>	10:00 - 10:50 S.C <b>CICLO</b>	10:00 - 10:50 S.C <b>CICLO</b>
		10:30 - 11:20 HANGAR 2 <b>PILATES</b>		10:30 - 11:20 HANGAR 2 <b>PILATES</b>		10:30 - 11:20 P <b>AQUAGYM</b>	10:30 - 11:20 P <b>AQUAGYM</b>
11:00	11:00 - 11:50 PISCINA <b>AQUAGYM</b>		11:00 - 11:50 PISCINA <b>AQUAGYM</b>		11:00 - 11:50 PISCINA <b>AQUAGYM</b>	11:00 - 11:55 H 1 <b>BODY PUMP</b>	11:00 - 11:55 H 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>

1: Hangar 1 (planta 0) · 2: Hangar 2 (planta 2). 3. Hangar 3 (planta 2) · C: Sala ciclo (planta 0)  
F: Sala Fitness (planta 3) · P: Piscina (Planta 1) · Sala Box (planta 0)

# HORARIO DE ACTIVIDADES DIRIGIDAS



DESDE EL 02/08/2021

HORA	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO
14:00	14:30 -15:20 SALA CICLO <b>CICLO</b>	14:30-15:25 HANGAR 1 <b>BODY PUMP</b>	14:30 -15:20 SALA CICLO <b>CICLO</b>	14:30-15:25 HANGAR 1 <b>BODY PUMP</b>		
	14:30 - 15:20 PISCINA <b>AQUAGYM</b>		14:30 -15:20 PISCINA <b>AQUAGYM</b>		14:30 -15:20 PISCINA <b>AQUAGYM</b>	
15:00		15:30 -16:20 SALA CICLO <b>CICLO</b>		15:30 -16:20 SALA CICLO <b>CICLO</b>		
17:00	17:00 - 17:55 HANGAR 1 <b>BODY PUMP</b>	17:00 -17:50 HANGAR 2 <b>PILATES</b>	17:00 - 17:55 HANGAR 1 <b>BODY PUMP</b>	17:00 -17:50 HANGAR 2 <b>PILATES</b>	17:00 -17:55 HANGAR 1 <b>BODY PUMP</b>	
18:00	18:00 -18:50 SALA CICLO <b>CICLO</b>	18:00 -18:50 HANGAR 3 <b>STEP</b>	18:00 -18:50 SALA CICLO <b>CICLO</b>	18:00 -18:50 HANGAR 3 <b>STEP</b>	18:00 -18:50 SALA CICLO <b>CICLO</b>	
	18:00 -18:50 HANGAR 2 <b>BODY BALANCE</b>	18:00 -18:50 SALA CICLO <b>CICLO</b>	18:00 -18:50 HANGAR 2 <b>BODY BALANCE</b>	18:00 -18:50 SALA CICLO <b>CICLO</b>		
	18:00- 18:45 S.BOX <b>BOX 45'</b>		18:00- 18:45 S.BOX <b>BOX 45'</b>			
19:00	19:00-19:50 HANGAR 3 <b>BODY COMBAT</b>	19:00-19:50 HANGAR 3 <b>ZUMBA</b>	19:00-19:50 HANGAR 3 <b>BODY COMBAT</b>	19:00-19:50 HANGAR 3 <b>ZUMBA</b>	19:00 -19:55 HANGAR 1 <b>BODYPUMP</b>	
	19:00 -19:50 SALA CICLO <b>CICLO</b>	19:00- 19:45 S.BOX <b>BOX 45'</b>	19:00 -19:50 SALA CICLO <b>CICLO</b>	19:00- 19:45 S.BOX <b>BOX 45'</b>	19:00 -19:50 PISCINA <b>AQUAGYM</b>	
	19:00 -19:50 HANGAR 1 <b>YOGA</b>	19:00-19:55 HANGAR 1 <b>BODYPUMP</b>	19:00 -19:50 HANGAR 1 <b>YOGA</b>	19:00-19:55 HANGAR 1 <b>BODYPUMP</b>		
	19:00 -19:50 HANGAR 2 <b>GAP</b>	19:00-19:50 SALA CICLO <b>CICLO</b>	19:00 -19:50 HANGAR 2 <b>GAP</b>	19:00-19:50 SALA CICLO <b>CICLO</b>		
20:00	20:00 -20:50 SALA CICLO <b>CICLO</b>	20:00- 20:45 S.BOX <b>BOX 45'</b>	20:00 -20:50 SALA CICLO <b>CICLO</b>	20:00- 20:45 S.BOX <b>BOX 45'</b>	20:00 -20:50 SALA CICLO <b>CICLO</b>	
	20:00 -20:50 HANGAR 1 <b>BODY PUMP</b>	20:00 -20:50 HANGAR 2 <b>PILATES</b>	20:00 -20:50 HANGAR 1 <b>BODY PUMP</b>	20:00 -20:50 HANGAR 2 <b>PILATES</b>		
	20:00 -20:50 HANGAR 2 <b>PILATES</b>	20:00-20:50 SALA CICLO <b>CICLO</b>	20:00 -20:50 HANGAR 2 <b>PILATES</b>	20:00-20:50 SALA CICLO <b>CICLO</b>		
	20:00 -20:50 HANGAR 3 <b>ZUMBA</b>	20:00 -20:50 PISCINA <b>AQUAGYM</b>	20:00 -20:50 HANGAR 3 <b>ZUMBA</b>	20:00 -20:50 PISCINA <b>AQUAGYM</b>		
21:00	21:00- 21:30 S.BOX <b>BOX 30'</b>	21:00 -21:30 HANGAR 3 <b>GAP 30'</b>	21:00- 21:30 S.BOX <b>BOX 30'</b>	21:00 -21:30 HANGAR 3 <b>GAP 30'</b>		

1: Hangar 1 (planta 0) · 2: Hangar 2 (planta 2). 3. Hangar 3 (planta 2) · C: Sala ciclo (planta 0)  
F: Sala Fitness (planta 3) · P: Piscina (Planta 1) · Sala Box (planta 0)