

HORA	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
14:15		CROSSHIIT		CROSSHIIT	
14:30	EXPRESS-TRAINING		EXPRESS TRAINING		EXPRESS TRAINING
15:15	STRECHCORE		STRECHCORE		STRECHCORE
16:30		WOMAN TRAINING		WOMAN TRAINING	
17:15	WOMAN TRAINING		WOMAN TRAINING		WOMAN TRAINING
18:00	PILATES		PILATES		
18:45	SENIOR GYMNASTIC		SENIOR GYMNASTIC		SENIOR GYMNASTIC
19:00		CLUB PÉRDIDA DE PESO		CLUB PÉRDIDA DE PESO	
19:15	CORE		CORE		CORE
19:30	PILATES		PILATES		
19:45		PILATES		PILATES	
	CROSSLESS		CROSSLESS		CROSSHIIT
20:00		CLUB DEL CORREDOR SENIOR GYMNASTIC		CLUB DEL CORREDOR SENIOR GYMNASTIC	CROSSHIIT
20:30	CROSSHIIT	BODY PERFECT	CROSSHIIT	BODY PERFECT	
20:45		WEIGHT TRAINING		WEIGHT TRAINING	
21:00		BALONCESTO			
21:30	CARDIOTRAINING		CARDIOTRAINING		

15 MINUTOS

30 MINUTOS

45 MINUTOS

1 HORA

SÍGUENOS!!



HORA	L-X-V	M-J
14:15	INICIACIÓN	INICIACIÓN
14:15	CLUB DEL NADADOR	CLUB DEL NADADOR
14:45	INICIACIÓN	INICIACIÓN
15:00	CLUB DEL NADADOR	CLUB DEL NADADOR
15:15	INICIACIÓN	INICIACIÓN
15:45	CLUB DEL NADADOR	CLUB DEL NADADOR
15:45	INICIACIÓN	INICIACIÓN
16:15	INICIACIÓN	INICIACIÓN
16:30	CLUB DEL NADADOR	CLUB DEL NADADOR
16:45		INICIACIÓN
19:45	INICIACIÓN	INICIACIÓN
19:45	CLUB DEL NADADOR	CLUB DEL NADADOR
20:15	INICIACIÓN	INICIACIÓN
20:30	CLUB DEL NADADOR	CLUB DEL NADADOR
20:45	INICIACIÓN	INICIACIÓN
21:15	CLUB DEL NADADOR	CLUB DEL NADADOR
21:15	INICIACIÓN	INICIACIÓN
21:45	INICIACIÓN	INICIACIÓN

HORA	S-D
12:00	CLUB DEL NADADOR
12:00	INICIACIÓN
12:45	CLUB DEL NADADOR
13:30	INICIACIÓN
13:30	CLUB DEL NADADOR

NATACIÓN LIBRE

HORA	L-V
14:15 A 17:15	NADO LIBRE
19:15 A 22:15	NADO LIBRE

HORA	S-D
09:15 A 14:15	NADO LIBRE