

# HORARIO AA.DD. TEMPORADA 2018/2019



FRANJA HORARIA	HORAS	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
7:00	07:00 - 08:00 Sala 1	TAEKWONDO		TAEKWONDO		TAEKWONDO
	07:00 - 07:45 Sala 1		BODYTONIC		CROSS-TRAINING	
	07:00 - 07:45 CI	CICLO INDOOR		CICLO INDOOR		CICLO INDOOR
8:00	8:00 - 8:45 Sala 2			HIPOPRESIVOS		
	08:00- 08:45 Sala 1	BODYTONIC				CORE
	08:00 - 08:45 CI		CICLO INDOOR		CICLO INDOOR	
9:00	09:15 - 10:00 Sala 2	PILATES	PILATES/HIPOPRESIVOS	PILATES	PILATES/HIPOPRESIVOS	
	09:30 - 10:15 Sala 1	ZUMBA STRONG	GAP	ZUMBA	BODYTONIC	ZUMBA
10:00	10,30 -12,30 Sala 2					
11:00	11.15 - 12.00 Sala 1	CORE		CORE		
	11:15 - 12:30		CHIKUNG		CHIKUNG	
14:00	14:00 - 14:30 Sala 1	INTERVAL TRAINING 30'		INTERVAL TRAINING 30'		
	14:00 - 14:45 CI		CICLO INDOOR		CICLO INDOOR	
15:00	15:30 - 16:15 Sala 1	CROSS-TRAINING	CORE	GAP	CORE	SUSPENSIONTRAINING
17:00	17:00 - 17:45 Sala 1	ZUMBA INFANTIL	FITNESS JUNIOR	ZUMBA INFANTIL	FITNESS JUNIOR	
18:00	18:00 - 18:45 Sala 1	GAP	ZUMBA	BODYTONIC	ZUMBA	TAEKWONDO
	18:00 - 19:00 Sala 2	TAEKWONDO	TAEKWONDO	TAEKWONDO	TAEKWONDO	TAEKWONDO
19:00	19:00 - 19: 45 Sala 1	PILATES/HIPOPRESIVOS	CROSS-TRAINING	PILATES/HIPOPRESIVOS	ZUMBA STRONG	
	19:00 - 19: 45 CI	CICLO INDOOR		CICLO INDOOR		
	19,00-19,45 Sala2		HIPOPRESIVOS		HIPOPRESIVOS	
	19:00 - 20:00 Sala 2	KENPO: ARMAS		KENPO: ARMAS		KENPO: KATA ARMAS
20:00	19:30 - 20:30 CI					CICLO + TONIC 1 H
	20:00 - 20:45 CI		CICLO INDOOR		CICLO INDOOR	
	20:00 - 20:45 Sala 1	STEP	PILATES	STEP	PILATES	
	20:00 - 20:45 Sala 2	PILATES		PILATES		
21:00	21:00 - 21:45 Sala 1	BODYTONIC	SUSPENSIONTRAINING	GAP	CROSS-TRAINING	
	21:00 - 21:45 Sala 2		PILATES		PILATES	

\* Horario de actividades aplicable a la temporada 2018/2019

\* Calendario de AA.DD. sujeto a posibles modificación por necesidades del Centro.

\* Clase de 'Ciclo Indoor' imprescindible solicitar cita previa. Consultar condiciones en Recepción.

\* Consultar condiciones de las clases de HIPOPRESIVOS, PILATES y CHIKUNG en la recepción del centro.

\* Los festivos de apertura especial las AA.DD. verán modificado su horario habitual así como en los meses de verano.

\* Consultar horarios especiales de Navidad, Semana Santa, verano y fiestas patronales.

\* Lea atentamente las normas del Centro para actividades dirigidas.