

ACTIVIDADES DIRIGIDAS A PARTIR DEL 26 DE DICIEMBRE

LUNES		MARTES		MIÉRCOLES		JUEVES		VIERNES		SÁBADO	
sala		sala		sala		sala		sala		sala	
8:00		8:00	CICLO 4	8:00		8:00		8:00		8:00	
9:00	MAYORES 3 PILATES 1	9:00	PILATES 1	9:00	MAYORES 3 PILATES 1	9:00	PILATES 1 CICLO 4	9:00		9:00	LES MILLS BODYPUMP 3
9:30		9:30	HIPOPRESIVOS 3	9:30		9:30		9:30		9:30	
10:00	LES MILLS BODYCOMBAT 1 PILATES 2 CICLO 4	10:00	PILATES 2 CICLO 4 ZUMBA FITNESS 1	10:00	TONO 1 STRETCHING 30' 3	10:00	ABD 30' 1 YOGA 3 HIPOPRESIVOS 2	10:00	LES MILLS BODYPUMP 3 PILATES 1	10:00	ZUMBA FITNESS 1 CICLO 4
10:30	TONO 3	10:30	GAP 3	10:30	CICLO 4 LES MILLS BODYBALANCE 3 PILATES 2	10:30	ZUMBA FITNESS 1	10:30	CICLO 4	10:30	
11:00	ZUMBA FITNESS 1 PILATES 2	11:00	YOGA 1	11:00	ZUMBA FITNESS 1	11:00	TONO 3 PILATES 2	11:00	ZUMBA FITNESS 1 STRETCHING 30' 3	11:00	ZUMBA FITNESS 1 RITMOS LATINOS 3 CICLO 4
11:30	LES MILLS BODYBALANCE 3	11:30	LES MILLS BODYPUMP 3	11:30	PILATES 2	11:30		11:30	PILATES 2 ABD 30' 3	12:00	RITMOS LATINOS 3 LES MILLS BODYCOMBAT 1
		12:00	PILATES 1			12:00	PILATES 1	12:00			
12:30	HIPOPRESIVOS 1									12:30	AQUAGYM PG
13:15		13:15	PILATES 1	13:15	CICLO 4	13:15	ZUMBA FITNESS 1	13:15			
15:30	TONO 3	15:30	ZUMBA FITNESS 1 LES MILLS BODYPUMP 3	15:30	CICLO 4	15:30	LES MILLS BODYBALANCE 1	15:30			
16:00	PILATES 1	16:00		16:00	PILATES 1	16:00		16:00			
17:30		17:30	ZUMBA KIDS 3 PILATES 1	17:30		17:30	ZUMBA KIDS 3	17:30	HIPOPRESIVOS 1		
18:00	ZUMBA FITNESS 1 CICLO 4 LES MILLS BODYBALANCE 3	18:00	CICLO 30' 4	18:00	ZUMBA FITNESS 1 CICLO 4	18:00	PILATES 1	18:00	PILATES 1 *ANIMACIÓN P		
18:30	PILATES 2	18:30	ABD 30' 3 PILATES 2 LES MILLS SH'BAM 1	18:30	PILATES 2 HIPOPRESIVOS 3	18:30	CICLO 4 HIPOPRESIVOS 3	18:30	CICLO 4		
19:00	YOGA 3 CICLO 4 PILATES 1	19:00	GLUTEO XT 3 CICLO 4	19:00	YOGA 3 CICLO 4 HIT 1	19:00	LES MILLS BODYCOMBAT 3 LES MILLS BODYBALANCE 1 PILATES 2	19:00	LES MILLS BODYBALANCE 1 LES MILLS BODYPUMP 3 ANIMACIÓN P		
19:30	*ANIMACIÓN P PILATES 2 AQUAGYM PG CLUB CORREDOR	19:30	LES MILLS BODYPUMP 3 TONO 1 PILATES 2 AQUAGYM PG	19:30	PILATES 2 AQUAGYM PG CLUB CORREDOR	19:30	CICLO 4 AQUAGYM PG CLUB CORREDOR	19:30	CICLO 4		
20:00	CICLO 4 ABD 30' 3 HIT 1	20:00	CICLO 4	20:00	CICLO 4 ABD 30' 1 GLUTEO XT 3	20:00	LES MILLS BODYPUMP 3 YOGA 1	20:00	LES MILLS BODYCOMBAT 3 RITMOS LATINOS 1 ZUMBA FITNESS p		
20:30	LES MILLS BODYCOMBAT 3 PILATES 2 ZUMBA FITNESS P	20:30	HIPOPRESIVOS 3 LES MILLS BODYBALANCE 1 ZUMBA FITNESS P	20:30	PILATES 2 LES MILLS BODYPUMP 3 LES MILLS BODYCOMBAT 1 ZUMBA FITNESS P	20:30	CICLO 4 HIPOPRESIVOS 2 ZUMBA FITNESS P	20:30			
21:00	CICLO 4 GLUTEO XT 1	21:00	CICLO 4 PILATES 2	21:00	CICLO 4	21:00	PILATES 1 RITMOS LATINOS 3	21:00			
		21:30		21:30	STEP 1						

* SESIONES DE 30 MINUTOS

* LAS CLASES MARCADAS EN ROJO SON DE NIVEL AVANZADO
* LA OFERTA DE ACTIVIDADES PODRÁ MODIFICARSE EN FUNCIÓN DE LA DEMANDA

