

2020 ACTIVIDADES

JULIO Y AGOSTO



	LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES	SABADO	DOMINGO	SALA
7:15-8:00	CYCLING	CYCLING VIRTUAL	CYCLING	CYCLING VIRTUAL	CYCLING VIRTUAL			CYCLING
8:15-9:00	PILATES							PILATES
9:15-10:00	PILATES	ESPALDA	PILATES	ESPALDA				PILATES
10:00-10:45	POWER	FBM	VEEVO	TONIFICACION	ZUMBA	CYCLING		MARISMA
10:15-11:00		PILATES		PILATES				PILATES
10:15-10:45	HIPOLATES		HIPOLATES					PILATES/ REFORMER
10:30-11:15	CYCLING	CYCLING		CYCLING	CYCLING VIRTUAL		CYCLING VIRTUAL	CYCLING
11:15-12:00		PILATES	PILATES					PILATES
11:00-11:45	ZUMBA		TONIFICACION		ESPALDA+ STRECH	FBM		MARISMA
14:30-15:15	FBM	VEEVO	POWER	CYCLING				MARISMA
15:30-16:15		CYCLING VIRTUAL		CYCLING VIRTUAL	CYCLING VIRTUAL			CYCLING
18:15-19:00	ESPALDA		PILATES					PILATES
19:00-19:45	VEEVO		FBM	TONIFICACION			CYCLING VIRTUAL	MARISMA
19:15-20:00		PILATES		PILATES				PILATES
19:30-20:15	CYCLING		CYCLING		CYCLING			CYCLING
20:00-20:45	CROSSWELL	FBM	POWER	ZUMBA				MARISMA
20:15-21:00	PILATES		PILATES	PILATES				PILATES
20:30-21:15	CYCLING		CYCLING					CYCLING
21:00-21:45		ZUMBA	CROSSWELL					CYCLING
21:30-22:15		CYCLING VIRTUAL		CYCLING VIRTUAL				CYCLING

	LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES	SABADO	DOMINGO	PISCINA
7:15-8:00		AQUARUNNING		AQUARUNNING				Nº2
10:20-11:05	AQUAGYM		AQUARUNNING					Nº4 / Nº2
10:30-11:15							AQUARUNNING	Nº2
12:00-12:45	AQUAPILATES		AQUAPILATES					HIDROTERAPIA
20:15-21:00	AQUAS		AQUAS					Nº4 / Nº2

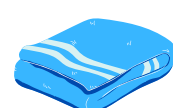
Nuevas

	LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES	SABADO	DOMINGO	
12:00-13:00	TRANING JUVENIL	TRANING JUVENIL	TRANING JUVENIL	TRANING JUVENIL	TRANING JUVENIL			SALA FITNESS
17:00-18:00	TRANING JUVENIL	TRANING JUVENIL		TRANING JUVENIL	TRANING JUVENIL			SALA FITNESS

TRANING JUVENIL - 12-16 años



Este cuadrante es flexible y se irá adaptando a diario en función de la demanda. Para TODAS las actividades es necesario reserva previa por control de aforos.



OBLIGATORIO EN LAS CLASES EL USO DE TOALLA (tamaño mínimo 40x70cm)



Uso de mascarilla solo necesario en las circulación, no durante la actividad.

NOTA: Para acceder a las clases de Pilates se debe hacer una formación previa de 4 Entrenamientos grupales y el pago de la cuota anual 99€.