

**HORARIO DE
ACTIVIDADES
DIRIGIDAS**

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

DESDE EL 12/09/2022

HORA	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
07:00	7:30 - 8:20 SALA CICLO CICLO	7:30 - 8:25 HANGAR 1 BODY PUMP	7:30 - 8:20 SALA CICLO CICLO	7:30 - 8:25 HANGAR 1 BODY PUMP	7:30 - 8:20 SALA CICLO CICLO		
08:00	8:30 - 9:20 HANGAR 2 PILATES	8:30 - 9:20 SALA CICLO CICLO	8:30 - 9:20 HANGAR 2 PILATES	8:30 - 9:20 SALA CICLO CICLO	8:30 - 9:20 HANGAR 2 PILATES		
	8:30 - 9:20 HANGAR 3 FITNESS		8:30 - 9:20 HANGAR 3 FITNESS		8:30 - 9:20 HANGAR 3 FITNESS		
09:00		9:30-10:20 HANGAR 3 GAP 50'		9:30-10:20 HANGAR 3 GAP 50'			
	9:30 - 10:20 HANGAR 1 YOGA	9:30 - 10:20 HANGAR 1 ZUMBA	9:30 - 10:20 HANGAR 1 YOGA	9:30 - 10:20 HANGAR 1 ZUMBA	9:30 - 10:20 HANGAR 1 YOGA		
	9:30 - 10:20 SALA CICLO CICLO		9:30 - 10:20 SALA CICLO CICLO		9:30 - 10:20 SALA CICLO CICLO		
	9:30 - 10:20 HANGAR 3 STEP		9:30 - 10:20 HANGAR 3 STEP				
10:00	10:00 - 10:50 PISCINA HIDROGIMNASIA	10:30 - 11:20 PISCINA AQUAGYM	10:00 - 10:50 PISCINA HIDROGIMNASIA	10:30 - 11:20 PISCINA AQUAGYM	10:30-11:25 HANGAR 1 BODY PUMP		
	10:30-11:25 HANGAR 1 BODY PUMP	10:30-11:20 SALA CICLO CICLO	10:30-11:25 HANGAR 1 BODY PUMP	10:30-11:20 SALA CICLO CICLO	10:30-11:20 HANGAR 3 BODY BALANCE		
	10:30 - 11:20 LUDO GIMNASIA SUAVE	10:30 - 11:20 LUDO GIMNASIA SUAVE	10:30 - 11:20 LUDO GIMNASIA SUAVE	10:30 - 11:20 LUDO GIMNASIA SUAVE		10:00-10:50 S.C CICLO	10:00-10:50 S.C CICLO
	10:30-11:20 HANGAR 3 ZUMBA	10:30-11:20 HANGAR 2 PILATES	10:30-11:20 HANGAR 3 ZUMBA	10:30-11:20 HANGAR 2 PILATES		10:30 - 11:20 P AQUAGYM	10:30 - 11:20 P AQUAGYM
11:00	11:00 - 11:50 PISCINA AQUAGYM		11:00 - 11:50 PISCINA AQUAGYM		11:00 - 11:50 PISCINA AQUAGYM	11:00 - 11:55 H 1 BODY PUMP	11:00 - 11:55 H 1 BODY PUMP
12:00						12:10-13:00 S.C CICLO	12:10-13:00 S.C CICLO

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 12/09/2022

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

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)