

CLASES COLECTIVAS TEMPORADA 2019-2020

PISCINA		CUERPO Y MENTE		CICLO		TONIFICACIÓN		BAILE		OUTDOOR		DEP.CONTACTO	
HORA	LUNES	HORA	MARTES	HORA	MIÉRCOLES	HORA	JUEVES	HORA	VIERNES	HORA	SÁBADO	HORA	DOMINGO
9,30	PILATES	9,30	360°	9,30	PILATES	9,30	JUST DANCE	9,30	360°				
9,30	CICLO FITNESS	10,30	CLUB CORREDOR	9,30	CICLO FITNESS	9,30	TOTAL TRAINING	10,30	30' STRETCHING	11,30	15' ABD	11,30	15' ABD
								11,00	30' JUST DANCE				
12,15	30' ABD	12,15	30' GAP	12,15	30' ABD	12,15	30' GAP					13,15	30' ETTO FUNCIONAL
12,45	15' STRETCHING	12,45	15' STRETCHING	12,45	15' STRETCHING	12,45	15' STRETCHING					13,45	15' STRETCHING
14,15	45' AQUA GYM	14,15	45' ADULTOS	14,15	45' AQUA GYM	14,15	45' ADULTOS	14,15	45' ADULTOS				
14,30	30' TOTAL TRAINING	14,30	15' ABD	14,30	30' TOTAL TRAINING	14,30	15' ABD						
15,00	15' ABD	14,30	30' CICLO	15,00	15' ABD	14,30	30' CICLO	15,00	15' ABD				
15,15	15' STRETCHING	15,15	15' HIPOPRESIVOS	15,15	15' STRETCHING	15,15	15' HIPOPRESIVOS						
15,30	PILATES	15,30	PILATES	15,30	PILATES	15,30	PILATES	15,30	30' CIRCUIT TRAINING				
17,15	PILATES	17,15	360°	17,15	PILATES	17,15	360°						
17,15	TOTAL TRAINING			17,15	TOTAL TRAINING								
18,15	45' SUSPENSIÓN	18,30	TOTAL TRAINING	18,15	45' CARDIO-TONIC	18,30	SUSPENSIÓN						
19,00	ZUMBA POWER	19,15	15' ABD	19,00	ZUMBA POWER	19,15	15' ABD						
19,15	TRIATHLON**	19,15	45' AQUA SALUD	19,15	TRIATHLON**	19,15	45' AQUA SALUD	19,15	15' ABD				
19,30	45' AQUA GYM	19,30	45' CICLO**	19,30	45' AQUA GYM	19,30	45' CICLO**	19,30	30' STRETCHING				
20,00	PILATES	19,30	PILATES	20,00	PILATES	19,30	PILATES						
20,00	CLUB CORREDOR**	20,00	15' ABD	20,00	CLUB CORREDOR**	20,00	15' ABD	20,00	30' ETTO FUNCIONAL				
20,30	15' ABD	20,20	45' AQUA FITNESS	20,30	15' ABD	20,20	45' AQUA FITNESS						
21,00	BOXING			21,00	BOXING	20,30	BAILES DE SALON*	21,00	15' ABD				
21,30	15' STRETCHING	21,00	15' FOAM	21,30	15' STRETCHING	21,00	15' FOAM	21,30	15' FOAM				

* Actividad no incluida en los Bonos de Clases Colectivas.

** Clases incluidas en la actividad Club Triathlon

CLASES COLECTIVAS SALA FITNESS TEMPORADA 2019-2020

15 MINUTOS						30 MINUTOS							
HORA	LUNES	HORA	MARTES	HORA	MIÉRCOLES	HORA	JUEVES	HORA	VIERNES	HORA	SÁBADO	HORA	DOMINGO
12,15	ABD	12,15	GAP	12,15	ABD	12,15	GAP	10,30	STRETCHING	11,30	ABD	11,30	ABD
12,45	STRETCHING	12,45	STRETCHING	12,45	STRETCHING	12,45	STRETCHING	15,00	ABD	13,15	ETTO FUNCIONAL	13,15	CIRCUIT
15,00	ABD	14,30	ABD	15,00	ABD	14,30	ABD	15,30	CIRCUIT TRAINING	13,45	STRETCHING	13,45	STRETCHING
15,15	STRETCHING	15,15	HIPOPRESIVOS	15,15	STRETCHING	15,15	HIPOPRESIVOS	19,15	ABD				
17,15	TOTAL TRAINING	17,15	360°	17,15	TOTAL TRAINING	17,15	360°	19,30	STRETCHING				
20,00	CLUB CORREDOR	19,15	ABD	20,00	CLUB CORREDOR	19,15	ABD	20,00	ETTO FUNCIONAL				
20,30	ABD	20,00	ABD	20,30	ABD	20,00	ABD	21,00	ABD				
21,30	STRETCHING	21,00	FOAM	21,30	STRETCHING	21,00	FOAM	21,30	FOAM				

