

LUNES				MARTES				MIÉRCOLES				JUEVES			VIERNES			
SALA 1	CICLO	SALA 2	PISCINA	SALA 1	CICLO / SALA 2	PISCINA	SALA 1	CICLO	SALA 2	PISCINA	SALA 1	CICLO / SALA 2	PISCINA	SALA 1	CICLO	PISCINA		
8				8			8				8			8				
15'			8:15-9H REHAB/A.NADO	15'		8:15-9H REHAB/A.NADO	15'			8:15-9H REHAB/A.NADO	15'		8:15-9H REHAB/A.NADO	15'		8:15-9H REHAB/A.NADO		
9	LATINO-TONIF.		9:15-10H REHAB/A.NADO	9	CORE	9:15-10H REHAB/A.NADO	9	MANTENIMIENTO		9:15-10H REHAB/A.NADO	9	CORE	9:15-10H REHAB/A.NADO	15'	ESPALDA FUERTE	9:15-10H REHAB/A.NADO		
10	PUMP ACTIVO	ESTIRAMIENTO	10:15-11H REHAB/A.NADO	10	MANTENIMIENTO	PILATES	10:15-11H REHAB/A.NADO	10	ESPALDA SANA	CARDIO TONIF.	10:15-11H REHAB/A.NADO	10	TRX. MANTENIMIENTO	PILATES BALANCE	10:15-11H REHAB/A.NADO	10	TRX/BODY PUMP	10:15-11H REHAB/A.NADO
11	BAILE	CICLYNG VIRTUAL	AQUA FITNESS 11 a 11:45	11		CICLYNG VIRTUAL	AQUA FITNESS 11 a 11:45	11	BAILE	CICLYNG VIRTUAL		11	CICLYNG VIRTUAL	AQUA FITNESS 11 a 11:45	11	CICLYNG VIRTUAL	AQUA FITNESS 11 a 12	
12			Y 11:45 A 12:30	12			Y 11:45 A 12:30	12				12		11:45 A 12:30	12			
30'				30'				30'				30'			30'			
14				14				14				14						
15'	PILATES BALANCE	CICLYNG VIRTUAL		15'		CICLYNG		15'	TOTAL ACTIVO-CARDIO BOX	CICLYNG VIRTUAL		15'	TRX CIRCUITO - CROSSFIT	CICLYNG VIRTUAL		CICLYNG VIRTUAL	14:15-13H REHAB/A.NADO	
15				15				15				15						
30'				30'				30'				30'					AUTISMO (TEA)	
16				16				16				16						
17			17:00-18:00 NATACIÓN INFANTIL	17		17:00-18:00 NATACIÓN INFANTIL	17			17:00-18:00 NATACIÓN INFANTIL	17		17:00-18:00 NATACIÓN INFANTIL	17		17:00-18:00 NATACIÓN INFANTIL		
18	MANT. SENIOR	CICLYNG VIRTUAL	18:00-18:30 NATACIÓN INFANTIL	18		18:00-18:30 NATACIÓN INFANTIL	18	MANT. SENIOR		18:00-18:30 NATACIÓN INFANTIL	18	CICLYNG VIRTUAL	18:00-18:30 NATACIÓN INFANTIL	18	CICLYNG VIRTUAL	18:00-18:30 NATACIÓN INFANTIL		
30'			18:30-19:15 REHAB/A.NADO	30'		18:45-19:30 REHAB/A.NADO	30'			18:30-19:15 REHAB/A.NADO	30'		18:45-19:30 REHAB/A.NADO	30'		AUTISMO (TEA)		
19	STEP/AEROBIC	PILATES BALANCE	19:15-19:45 AQUA FITNESS	19	BAILE ACTIVO		19:15-19:45 AQUA FITNESS	19	CARDIO BOX	PILATES	19:15-19:45 AQUA FITNESS	19	ESTIRAMIENTO	19:15-20H AQUA FITNESS	19	BAILE ACTIVO		
45'				45'				45'				45'						
20	TRX CORE	CICLYNG VIRTUAL	19:45-20:30 REHAB/A.NADO	20		CICLYNG	19:30-20:15 REHAB/A.NADO	20	PUMP ACTIVO	CICLYNG VIRTUAL	19:45-20:30 REHAB/A.NADO	20	CICLYNG	19:30-20:15 REHAB/A.NADO	20		AUTISMO (TEA)	
45'				45'				45'				45'						
21				21				21				21						

SÁBADO DE 10:00H A 14:00H		
SALA 1	CICLO	PISCINA
		10:00-11:00 NATACIÓN INFANTIL
11:00/12:00 PUMP ACTIVO		11:15-12:00 REHAB/A.NADO
	12:00-13:00 CICLYNG	AUTISMO (TEA)
		AUTISMO (TEA)
		AUTISMO (TEA)
		AUTISMO (TEA)
DOMINGO DE 10:00H A 14:00H		
SALA 1	CICLO	PISCINA
		10:15-11:00 REHAB/A.NADO
	CICLYNG VIRTUAL	11-12H AQUA FITNESS
		AUTISMO (TEA)
		AUTISMO (TEA)
		AUTISMO (TEA)

El Centro se reserva el derecho de cambiar, reducir y modificar tanto el horario de clases como los monitores de las mismas.

El mínimo para impartir las clases colectivas son de 3 personas.

POR TU SALUD Y BIENESTAR, ACTÍVATE!!!