

NAVIDAD 1-7 ENERO

HORA	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	HORA
8:00-8:45		TONIFICACIÓN LEO SALA 2	SPINING JOSE SALA 3	CARDIO-HIT LEO SALA 2	SPINING JOSE SALA 3		8:00-8:45
9:30-10:00		HIPOPRESIVOS MAYCA SALA 2		HIPOPRESIVOS MAYCA SALA 2			9:30-10:00
9:30-11:00			YOGA SALVA SALA 4		YOGA SALVA SALA 4		9:30-11:00
10:00-11:00		TONIFICACIÓN FANY SALA 2		TONIFICACIÓN FANY SALA 2	ETO. FUNCIONAL BRASI SALA 2		10:00-11:00
		MANTENIMIENTO LEO SALA 1	TRX + CORE GELO SALA 1	MANTENIMIENTO LEO SALA 1			
10:30-11:00			HIPOPRESIVOS LEO SALA 2				
11:00-12:00		AQUAFITNESS LEO PISCINA	AQUAFITNESS LEO PISCINA	AQUAFITNESS LEO PISCINA	SPINING CHEMA SALA 3		11:00-12:00
		ESPALDA SANA MAYCA SALA 4		PILATES MAYCA SALA 4			
		CORE STEP TRAINNING FANY SALA 2	FLAMENCO ISA SALA 1	AERO-STEP FANY SALA 2	FLAMENCO ISA SALA 1	BOOTCAMP SALA 2	
12:00-13:00					SPINING JOSE SALA 3		12:00-13:00
14:00-15:00		CIRCUIT BOX FRAN SALA 2	BOOTCAMP FRAN SALA 2	TONIFICACIÓN FRAN SALA 2			14:00-15:00
17:00-18:00		AFG DAVID SALA 2		AFG DAVID SALA 2			17:00-18:00
18:00-19:00			ACTIV. INFANTILES BRASI SALA 1				18:00-19:00
		BOOTCAMP FRAN SALA 2	GAP SALA 2	SUPERTONO SALA 2	TONIFICACIÓN FRAN SALA 2		
18:30-19:00		DANZA INFANTIL CLÁSICA SALA 4 PATRI	SPINING JOSE SALA 3	DANZA INFANTIL CONTEMPORÁNEA SALA 4 PATRI	SPINING JOSE SALA 3		18:30-19:00
19:00-20:00		MULTIDEPORTE BRASI SQUASH	FUTBOL BASE CHEMA - PISTAS	MULTIDEPORTE BRASI PISTAS			19:00-20:00
		FLAMENCO ISA SALA 1	ETO. FUNCIONAL BRASI SALA 1	CROSSGYM CHEMA SALA 1			
		AERO-STEP PATRI SALA 2	TONIFICACIÓN GELO SALA 2	ZUMBAFIT CMA PATRI SALA 2			
19:30-20:00		SPINING CHEMA SALA 3					19:30-20:00
		CORE FUNCIONAL FRAN SALA 4		CORE FUNCIONAL DAVID SALA 4			
		HIPOPRESIVOS MAYCA SALA 4		HIPOPRESIVOS MAYCA SALA 4			
20:00-21:00			DAVID AFG SALA 1				20:00-21:00
		TONIFICACIÓN FRAN SALA 2	CIRCUIT BOX FRAN SALA 2	TONIFICACIÓN FRAN SALA 2			
		SPINING SARA SALA 3	SPINING CHEMA SALA 3				
20:30-21:00		ESPALDA SANA MAYCA SALA 4		STRETCHING MAYCA SALA 4			
20:00-21:30			YOGA SALVA SALA 4				
21:00-22:00		PILATES MAYCA SALA 4	TONIFICACIÓN FRAN SALA 2	PILATES MAYCA SALA 4			21:00-22:00

*LA DIRECCION DEPORTIVA SE RESERVA LA POSIBILIDAD DE CAMBIAR, ALTERAR O SUSPENDER CUALQUIER CLASE PROGRAMADA