

## HORARIOS DE ACTIVIDADES

S.E.U.O. (Salvo Error U Omisión) - Impreso el viernes, 27 de marzo de 2015 05:45:01 p.m.

| HORA INICIO | LUNES  | MARTES   | MIÉRCOLES   | JUEVES   | VIERNES   | SÁBADO   | DOMINGO |
|-------------|--|--|---|--|---|--|---------|
| 08:00       | <b>SPORTCYCLE</b><br>"SALÓN 2"<br>Duración: 50min        | <b>SPORTCYCLE</b>  | <b>SPORTCYCLE</b><br>"SALÓN 2"<br>Duración: 50min               | <b>ENTRENAMIENTO FUNCIONAL</b><br>"SALÓN 1"<br>Duración: 60min                                   | <b>SPORTCYCLE</b><br>"SALÓN 2"<br>Duración: 50min   |  |         |
| 09:00       | <b>LOCAL MIX</b>   | <b>AQUA GYM</b><br>Duración: 50min<br><b>GAP</b><br>"SALÓN 1"<br>Duración: 60min                 | <b>LOCAL MIX</b>  | <b>AQUA GYM</b><br>Duración: 50min<br><b>GAP</b><br>"SALÓN 1"<br>Duración: 60min                 | <b>LOCAL MIX</b>  |  |         |
| 09:30       |  |  |   |  |   | <b>YOGA</b><br>"SALÓN 1"<br>Duración: 60min  |         |
| 10:00       | <b>STRETCHING</b><br>"SALÓN 1"<br>Duración: 60min        | <b>YOGA</b><br>"SALÓN 1"<br>Duración: 60min  | <b>STRETCHING</b><br>"SALÓN 1"<br>Duración: 60min               | <b>YOGA</b><br>"SALÓN 1"<br>Duración: 60min  | <b>STRETCHING</b><br>"SALÓN 1"<br>Duración: 60min   |  |         |
| 11:00       |  |  |   |  |   | <b>GAP</b><br>"SALÓN 1"<br>Duración: 60min   |         |
| 11:30       |  | <b>MAÑANAS POSTURALES</b><br>"SALÓN 1"<br>Duración: 60min  |   | <b>MAÑANAS POSTURALES</b><br>"SALÓN 1"<br>Duración: 60min  |   |  |         |
| 12:00       |  |  |   |  |   | <b>RITMOS LATINOS</b><br>"1"<br>Duración: 90min<br><b>SPORTCYCLE</b><br>"SALÓN 2"<br>Duración: 50min |         |
| 13:00       |  |  |   |  |   | <b>AQUA GYM</b><br>Duración: 50min   |         |
| 13:30       | <b>SPORTCYCLE</b>  | <b>LOCAL MIX</b>   | <b>SPORTCYCLE</b>   | <b>LOCAL MIX</b>   | <b>SPORTCYCLE VIRTUAL</b><br>Duración: 45min  |  |         |
| 15:00       |  | <b>SPORTCYCLE VIRTUAL</b><br>Duración: 40min   |   | <b>SPORTCYCLE VIRTUAL</b><br>Duración: 40min   |   |  |         |
| 16:00       | <b>SPORTCYCLE VIRTUAL</b><br>Duración: 40min             |  | <b>SPORTCYCLE VIRTUAL</b><br>Duración: 40min                    |  | <b>SPORTCYCLE VIRTUAL</b><br>Duración: 45min  |  |         |
| 17:00       | <b>AQUA GYM</b><br>Duración: 60min                       |  |   | <b>AQUA GYM</b><br>Duración: 50min   |   | <b>SPORTCYCLE VIRTUAL</b><br>Duración: 40min   |         |
| 18:00       | <b>LOCAL SPORT</b><br>"SALÓN 1"<br>Duración: 60min       | <b>ENTRENAMIENTO FUNCIONAL</b><br>"SALÓN 1"<br>Duración: 55min                                   | <b>LOCAL SPORT</b><br>"SALÓN 1"<br>Duración: 60min              | <b>ENTRENAMIENTO FUNCIONAL</b><br>"SALÓN 1"<br>Duración: 55min                                   | <b>LOCAL SPORT</b><br>"SALÓN 1"<br>Duración: 60min  |  |         |
| 18:30       | <b>SPORTCYCLE</b><br>"SALÓN 2"<br>Duración: 50min        |  | <b>SPORTCYCLE</b><br>"SALÓN 2"<br>Duración: 50min               |  |   |  |         |
| 19:00       | <b>BODY PUMP</b><br>"SALÓN 1"<br>Duración: 60min         | <b>SPORTCYCLE</b><br>"SALÓN 2"<br>Duración: 50min<br><b>YOGA</b><br>"SALÓN 1"<br>Duración: 60min | <b>BODY PUMP</b><br>"SALÓN 1"<br>Duración: 60min                | <b>SPORTCYCLE</b><br>"SALÓN 2"<br>Duración: 50min<br><b>YOGA</b><br>"SALÓN 1"<br>Duración: 60min | <b>BODY PUMP</b><br>"SALÓN 1"<br>Duración: 60min<br><b>SPORTCYCLE</b><br>"SALÓN 2"<br>Duración: 50min |  |         |
| 19:30       | <b>SPORTCYCLE</b><br>"SALÓN 2"<br>Duración: 50min        |  | <b>SPORTCYCLE</b><br>"SALÓN 1"<br>Duración: 50min               |  |   |  |         |
| 20:00       | <b>ENTRENAMIENTO FUNCIONAL</b><br>"1"<br>Duración: 60min | <b>SPORTCYCLE</b><br>"SALÓN 2"<br>Duración: 50min  | <b>AQUA GYM</b><br>Duración: 50min<br><b>RITMOS RECREATIVOS</b> | <b>SPORTCYCLE</b><br>"SALÓN 2"<br>Duración: 50min  | <b>AQUA GYM</b><br>Duración: 50min<br><b>STRETCHING</b>   |  |         |
| 20:15       |  | <b>POWER LOCAL</b><br>"SALÓN 1"<br>Duración: 60min   |   | <b>POWER LOCAL</b><br>"SALÓN 1"<br>Duración: 60min   |   |  |         |

Para poder realizar cualquier actividad física es OBLIGATORIO presentar el CERTIFICADO MÉDICO en la recepción del club.

Por su seguridad le recomendamos dejar siempre sus pertenencias en los vestuarios del club.