

# HORARIO DE ACTIVIDADES JULIO Y AGOSTO 2017

HORARIO DEL CENTRO:

DE LUNES A VIERNES DE 8.00H. A 23.00H.

SABADOS DE 9.00 H A 16.00 H.

PISCINA DE VERANO DE LUNES A DOMINGOS (FESTIVOS INCLUIDOS)

## SALA 1

HORAS	LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES	SABADO
09.30 - 10.30	GIM MANTENIMIENTO	GIM MANTENIMIENTO	GIM MANTENIMIENTO	GIM MANTENIMIENTO	GIM MANTENIMIENTO	
10,30 - 11,00		GLUTEOS Y ABDOMINALES (solo julio)		GLUTEOS Y ABDOMINALES (solo julio)		
11,00-11,45		ZUMBA		ZUMBA		
19.00 - 19.55	GIM MANTENIMIENTO	GIM MANTENIMIENTO	GIM MANTENIMIENTO	GIM MANTENIMIENTO		
20.00 - 20.55	GIM MANTENIMIENTO	GIM MANTENIMIENTO	GIM MANTENIMIENTO	GIM MANTENIMIENTO		
21.00 - 21.55	GIM MANTENIMIENTO	GIM MANTENIMIENTO	GIM MANTENIMIENTO	GIM MANTENIMIENTO		

## SALA 3

HORAS	LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES	SABADO
19.00 - 20.00	TOTAL MIX (SOLO JULIO)	TOTAL MIX (SOLO JULIO)	TOTAL MIX (SOLO JULIO)	TOTAL MIX (SOLO JULIO)		
14:00 - 22.40	SALA DE ESTIRAMIENTOS LIBRE DISPOSICION DE USUARIOS (PARA CUALQUIER DUDA CONSULTE AL MONITOR)					

## SALA 4

HORAS	LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES	SABADO
08,30 - 22,40	FITNESS	FITNESS	FITNESS	FITNESS	FITNESS	FITNESS (DE 9,00-15,40)

## SALA 5

HORAS	LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES	SABADO
9.00 - 10.00	PILATES		PILATES			
9.30 - 10.30		MANTENIMIENTO RITMOS SUAVES (SOLO JULIO)		MANTENIMIENTO RITMOS SUAVES (SOLO JULIO)		
10.30 - 11.30		YOGA	YOGA	YOGA		
20.00 - 21.00		YOGA		YOGA		

## SALA 6

HORAS	LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES	SABADO
9.30 - 10.30	STEP/AEROBIC	CARDIO PUMP	STEP/AEROBIC	CARDIO PUMP		
10.30 - 11.30	PILATES	PILATES	PILATES	PILATES		
11.30 - 12.30	GIMNASIA SUAVE		GIMNASIA SUAVE	GIMNASIA SUAVE		
19.00 - 20.00	PILATES	PILATES	PILATES	PILATES		
20,15 - 20,45	GLUTEOS Y ABDOMINALES	GLUTEOS Y ABDOMINALES	GLUTEOS Y ABDOMINALES	GLUTEOS Y ABDOMINALES		
20.45 - 21.40	PILATES	PILATES	PILATES	PILATES		

### SALA 7

HORAS	LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES	SABADO
19,30 - 20,30	CARDIO PUMP	MANTENIMIENTO RITMOS SUAVES (solo julio)	CARDIO PUMP	MANTENIMIENTO RITMOS SUAVES (solo julio)		
20.30 - 21.30		CARDIO PUMP		CARDIO PUMP		
20.30 - 21.15	ZUMBA		ZUMBA			

### SALA 8

HORAS	LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES	SABADO
09.30 - 10.15	CICLO INDOOR	CICLO INDOOR	CICLO INDOOR	CICLO INDOOR	CICLO INDOOR	
19.15 - 20.00	CICLO INDOOR	CICLO INDOOR	CICLO INDOOR	CICLO INDOOR		
20.15 - 21.00	CICLO INDOOR	CICLO INDOOR	CICLO INDOOR	CICLO INDOOR		
21.15 - 22.00	CICLO INDOOR	CICLO INDOOR	CICLO INDOOR	CICLO INDOOR		

### ACTIVIDADES PISCINA PEQUEÑA

HORAS	LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES	SABADO
10.30 - 11.30	AQUAGYM	AQUAGYM	AQUAGYM	AQUAGYM	AQUAGYM	
20.30 - 21.30		AQUAGYM	AQUAGYM	AQUAGYM	AQUAGYM	

#### PISCINA CLIMATIZADA

DE LUNES A VIERNES	SABADOS
08,00 - 22,40	09,00 - 15,40
NADO LIBRE, SAUNA, BAÑO TURCO Y JACUZZI	

#### LUDOTECA

DE LUNES A VIERNES	SABADOS
09,00 - 21,00	10,00 - 14,00
PARA FIESTAS DE CUMPLEAÑOS RESERVAR HORAS	

#### CURSOS DE NATACION

DE LUNES A VIERNES	SABADOS
CONSULTE HORARIO PROPIO	

#### SALON DE BELLEZA Y PELUQUERIA

DE LUNES A VIERNES	SABADOS
10,00 - 14:00 Y 17:30 A 21,00	10,00 - 14:00

#### PADEL

DE LUNES A VIERNES	SABADOS
08,30 - 22,40	09,00 - 15,40
ESCUELAS INFANTILES Y ADULTOS CONSULTAR HORARIOS PROPIOS	

#### PISCINA DE VERANO

DE LUNES A DOMINGOS Y FESTIVOS INCLIDOS
11.30 - 21,00

#### CAFETERIA

DE LUNES A VIERNES	SABADOS
08,00 - 23,00	09,00 - 16,00



#### FISIOTERAPEUTA

DE LUNES A VIERNES
PEDIR CITA EN RECEPCIÓN