

PROGRAMA ACTIVIDADES FÍSICAS DIRIGIDAS

HORAS	LUNES			MARTES			MIÉRCOLES		
	Sala 1	Sala 2	Sala 3	Sala 1	Sala 2	Sala 3	Sala 1	Sala 2	Sala 3
10:00 - 11:00		Ciclo Indoor		Tono				Ciclo Indoor	
19:15 - 20:10		Ciclo Indoor	Abdom (20´)			Abdom (20´)		Ciclo Indoor	Abdom (20´)
20:15 - 21:10	BodyCombat		Abdom (20´)	BodyPump	Ciclo Indoor	Abdom (20´)	G.A.P		Abdom (20´)
21:15 - 22:10	Tono	Ciclo Indoor		PowerJump			BodyCombat	Ciclo Indoor	
HORAS	JUEVES			VIERNES			SABADO		DOMINGO
	Sala 1	Sala 2	Sala 3	Sala 1	Sala 2	Sala 3	Sala 1	Sala 2	Y FESTIVOS
9:00 - 10:00							10:00 a 14:00		CERRADO
10:00 - 11:00	PowerJump				Ciclo Indoor			C. Indoor	
18:15 - 19:10							17:30 a 20:00		CERRADO
19:15 - 20:10			Abdom (20´)	Abdom (20´)	Ciclo Indoor				
20:15 - 21:10	BodyPump	Ciclo Indoor	Abdom (20´)	PowerJump					
21:15 - 22:10									

Ana	Buda	Loli	Juanfran
-----	------	------	----------