

# PROGRAMA ACTIVIDADES FÍSICAS DIRIGIDAS (A partir del 6 Febrero)

HORAS	LUNES			MARTES			MIÉRCOLES		
	Sala 1	Sala 2	Sala 3	Sala 1	Sala 2	Sala 3	Sala 1	Sala 2	Sala 3
9:30	BodyPump				Ciclo Indoor		G.A.P.		
10:30		Ciclo Indoor		PowerJump				Ciclo Indoor	
17:00									
18:00	Pilates			Tono			Pilates		
18:15									
19:00			Abdominales			Abdominales			Abdominales
19:15	PowerJump	Ciclo Indoor		BodyPump	Ciclo Indoor		Step	Ciclo Indoor	
20:00			Abdominales			Abdominales			Abdominales
20:15	BodyCombat	Ciclo Indoor		PowerJump	Ciclo Indoor		Xtreme	Ciclo Indoor	
21:00									
21:15	Tono				Ciclo Indoor		GAP		
HORAS	JUEVES			VIERNES			SABADO		DOMINGO
	Sala 1	Sala 2	Sala 3	Sala 1	Sala 2	Sala 3	Sala 1	Sala 2	Y FESTIVOS
9:30		Ciclo Indoor		Xtreme			10:00 a 14:00		10:00 a 14:00
10:30	BodyCombat				Ciclo Indoor			C.Indoor	
17:00							16:00 a 20:00		CERRADO
18:00		Ciclo Indoor							
18:30									
19:00			Abdominales			Abdominales			
19:15	BodyPump	Ciclo Indoor		PowerJump					
20:00			Abdominales						
20:15	BodyCombat	Ciclo Indoor			Ciclo Indoor				
21:00									
21:15		Ciclo Indoor							

Juanfran	Loli	Pilar	Esther	Margarita
----------	------	-------	--------	-----------