



HORARIOS NATACIÓN Julio 2020

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

Hora	Hora	Hora	Hora	Hora
	9.00			9.00
	AQUAFITNESS			ESPALDA SANA
19.00		19.00	19.00	19.00
AQUAFITNESS		ESPALDA SANA	AQUABOX	NAT. AVANZADO



HORARIO - BONO CLASES COLECTIVAS y GIMNASIO Julio 2020



INTENSIDAD BAJA  INTENSIDAD MEDIA  INTENSIDAD ALTA 

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

Hora	SALA A	Hora	SALA A	Hora	SALA A	Hora	SALA A	Hora	SALA A
9.00	Circuit training	9.00	Interval	9.00	Step	9.00	Total training	9.00	Circuit training
10.00	Pilates	10.00	Zumbaa	10.00	Pilates	10.00	Zumbaa	10.00	Pilates
19.00	Pilates	19.00	Circuit training	19.00	Zumbaa	19.00	Total training	19.00	Pilates
20.00	CICLO	20.00	Pilates	20.00	CICLO	20.00	Pilates		
		Hora		Hora		Hora		Hora	
		20.00	RUNNING	20.00	RUNNING	20.00	RUNNING		

