

ACTIVIDADES ADULTOS
CURSO 2016 -2017

ACTIVIDAD	DÍAS	HORARIO	MONITOR
MÉTODO PILATES			
PILATES MAÑANAS 1	LUNES Y MIÉRC.	11,00 A 11,45	CRISTINA BRAVO
PILATES MAÑANAS 2	LUNES Y MIÉRC.	11,50 A 12,35	
PILATES MAÑANAS 3	MARTES Y JUEVES	11,10 A 11,55	
PILATES 1	LUNES Y MIÉRC.	18,00 A 18,45	
PILATES 2	LUNES Y MIÉRC.	18,55 A 19,40	
PILATES 3	LUNES Y MIÉRC.	19,50 A 20,25	
PILATES 4	LUNES Y MIÉRC.	20,35 A 21,20	
PILATES 5	MARTES Y JUEVES	19,45 A 20,30	
PILATES 6	MARTES Y JUEVES	20,35 A 21,20	
AERÓBIC MAÑANAS	MARTES Y JUEVES	10,00 A 10,55	CRISTINA BRAVO
AÉREO-ZUMBA	MARTES Y JUEVES	19,00 A 19,55	
ZUMBA - BATUKA	LUNES Y MIÉRC.	20,35 A 21,30	
BODY PUMP	MARTES Y JUEVES	20,00 A 20,45	
STRETCHING	MARTES Y JUEVES	19,05 A 19,35	CRISTINA BRAVO
G.A.P. (Gluteos, Abdominales, Piernas)	LUNES Y MIÉRC.	19,45 A 20,30	
G.A.P. MAÑANAS	LUNES Y MIÉRC.	10,00 A 10,55	CRISTINA BRAVO
MULTIDEPORTE	MARTES Y JUEVES	20,45 A 21,40	JULIO A. NOVOA
EDUCACIÓN FÍSICA PARA MAYORES DE 65 AÑOS			
ED.FÍSICA MAYORES 65 AÑOS GRUPO TARDES	LUNES Y MIÉRC.	16,00 A 16,50	JULIO A. NOVOA
ED.FÍSICA MAYORES 65 AÑOS GRUPO MAÑANAS	MARTES Y JUEVES	12,00 A 12,50	CRISTINA BRAVO
ACTIVIDAD	DÍAS	HORARIO	MONITOR
SALA DE CARDIO Y MUSCULACIÓN	DE LUNES A VIERNES DE 10 A 22 HORAS, SÁBADOS DE 9 A 20 HORAS Y DOMINGOS DE 9 A 15 HORAS		SALA DE MUSCULACIÓN
TENIS			
TENIS PERFECCIONAMIENTO 2	LUNES-MIÉRC-VIERN.	20,00 A 20,55	PABLO MARTÍN
TENIS PERFECCIONAMIENTO 3	LUNES-MIÉRC-VIERN.	21,00 A 21,55	PABLO MARTÍN
TENIS PERFECCIONAMIENTO 5	MARTES Y JUEVES	20,15 A 21,10	
TENIS SÁBADOS	SÁBADOS	12,00 A 12,55	
PÁDEL			
PÁDEL MAÑANAS 1	MARTES Y JUEVES	10,00 A 10,55	OSCAR YAJEYA
PÁDEL INICIACIÓN 1	MARTES Y JUEVES	19,30 A 20,25	
PADEL INICIACIÓN 2	LUNES Y MIÉRC.	19,30 A 20,25	
PADEL PERFECCIONAMIENTO 2	LUNES Y MIÉRC.	20,30 A 21,25	
PÁDEL PERFECCIONAMIENTO 3	MARTES Y JUEVES	20,00 A 20,55	PABLO MARTÍN
PÁDEL PERFECCIONAMIENTO 4	MARTES Y JUEVES	21,00 A 21,55	PABLO MARTÍN
PADEL SÁBADOS INI.	SÁBADOS	10,00 A 10,55	
CICLO INDOOR			
CICLO MAÑANAS	MARTES Y JUEVES	11,00 A 11,55	
CICLO 1	LUNES Y MIÉRC.	19,15 A 20,10	
CICLO 2	LUNES Y MIÉRC.	20,45 A 21,40	
CICLO 3	MARTES Y JUEVES	18,45 A 19,40	
CICLO 4	MARTES Y JUEVES	20,45 A 21,40	