



AYUNTAMIENTO DE COLMENAREJO
 Plaza de la Constitución, 1
 28270 Colmenarejo (Madrid)
 Telf. 91 8589072 Fax. 91 8425518
www.ayto-colmenarejo.org

SEPTIEMBRE 2017

ACTIVIDADES CUOTA ÚNICA

POLIDEPORTIVO MUNICIPAL DE COLMENAREJO

Servicio Municipal de Deportes

Ctra. Villanueva del Pardillo s/nº
 28270 Colmenarejo (Madrid)
 Telf. 91 858 90 72 Ext 180
polideportivo@ayto-colmenarejo.org

	LUNES SALAS			MARTES SALAS			MIÉRCOLES SALAS			JUEVES SALAS			VIERNES SALAS		
	AERÓBIC FITNESS	CICLO	CARDIO MUSCULACIÓN	AERÓBIC FITNESS	CICLO	CARDIO MUSCULACIÓN	AERÓBIC FITNESS	CICLO	CARDIO MUSCULACIÓN	AERÓBIC FITNESS	CICLO	CARDIO MUSCULACIÓN	AERÓBIC FITNESS	CICLO	CARDIO MUSCULACIÓN
10,00-10,15															
10,15-10,30	AERO-ZUMBA			AERO-ZUMBA			AERO-ZUMBA			AERO-ZUMBA					
10,30-10,45	10 A 10:55			10 A 10:55			10 A 10:55			10 A 10:55					
10,45-11,00		CICLO													
11,00-11,15		EN SALA 10:30													
11,15-11,30	PILATES	A 11:25		PILATES			PILATES			PILATES					
11,30-11,45	11:00 A 11:45			11 A 11:45			11 A 11:45			11 A 11:45					
11,45-12,00															
12,00-12,15															
12,15-12,30															
12,30-12,45															
12,45-13,00															
13,00-13,15															
13,15-13,30															
13,30-13,45															
13,45-14,00															
14,00-14,15															
14,15-14,30															
14,30-14,45															
14,45-15,00															
15,00-15,15															
15,15-15,30															
15,30-15,45															
15,45-16,00															
16,00-16,15															
16,15-16,30															
16,30-16,45															
16,45-17,00															
17,00-17,15															
17,15-17,30															
17,30-17,45															
17,45-18,00															
18,00-18,15	PILATES														
18,15-18,30	18 A 18:45														
18,30-18,45															
18,45-19,00															
19,00-19,15		CICLO					TONIFICACIÓN						TONIFICACIÓN		
19,15-19,30		EN SALA 18:50		AEREO-ZUMBA			GAP			PILATES			GAP		
19,30-19,45		A 19:45		19:00 A 19:55			19:00 A 19:45			19:00 A 19:55			19:00 A 19:45		
19,45-20,00															
20,00-20,15															
20,15-20,30	AERO-ZUMBA			PILATES			PILATES			AEREO-ZUMBA			PILATES		
20,30-20,45	20:00 A 20:55			20:10 A 20:55			20:00 A 20:45			20:00 A 20:55			19:45 A 20:30		
20,45-21,00															
21,00-21,15														CICLO	
21,15-21,30									CICLO					EN SALA 20:30	
21,30-21,45									EN SALA 20:50					A 21:25	
21,45-22,00									A 21:45						