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

SEMANA 25 AL 29 DE JUNIO 2018 ACTIVIDADES CUOTA ÚNICA

POLIDEPORTIVO MUNICIPAL DE COLMENAREJO
Servicio Municipal de Deportes
Ctra. Villanueva del Pardillo s/n°
28270 Colmenarejo (Madrid)
Telf. 91 858 90 72 Ext 180
polideportivo@ayto-colmenarejo.org

	LUNES 25 JUNIO				MARTES 26 JUNIO				MIERCOLES 27 JUNIO				JUEVES 28 JUNIO				VIERNES 29 JUNIO			
	SALAS				SALAS				SALAS				SALAS				SALAS			
	AERÓBIC FITNESS	CICLO	ARTES MARCIALES	CARDIO MUSCULACIÓN	AERÓBIC FITNESS	CICLO	ARTES MARCIALES	CARDIO MUSCULACIÓN	AERÓBIC FITNESS	CICLO	ARTES MARCIALES	CARDIO MUSCULACIÓN	AERÓBIC FITNESS	CICLO	ARTES MARCIALES	CARDIO MUSCULACIÓN	AERÓBIC FITNESS	CICLO	ARTES MARCIALES	CARDIO MUSCULACIÓN
10,00-10,15	BODY-TONIC 10 A 10:55				AERO-ZUMBA 10 A 10:55				BODY-TONIC 10 A 10:55				AERO-ZUMBA 10 A 10:55							
10,15-10,30																				
10,30-10,45																				
10,45-11,00																				
11,00-11,15	PILATES 11 A 11:45				PILATES 11:10 A 11:55	CICLO EN SALA 11 A 11:55			PILATES 11 A 11:45				PILATES 11:10 A 11:55	CICLO EN SALA 11 A 11:55						
11,15-11,30																				
11,30-11,45																				
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																				
18,15-18,30																				
18,30-18,45																				
18,45-19,00																				
19,00-19,15	TONIFICACIÓN GAP 19:00 A 19:45				STRETCHING 19 A 19:35				TONIFICACIÓN GAP 19:00 A 19:45				STRETCHING 19 A 19:35					CICLO EN SALA 19:00 A 19:55		
19,15-19,30																				
19,30-19,45																	PILATES 19:30 A 20:15			
19,45-20,00	PILATES 19:45 A 20:30	CICLO EN SALA 19:45 A 20:40				CICLO EN SALA 19:45 A 20:40			PILATES 19:45 A 20:30	CICLO EN SALA 19:45 A 20:40				CICLO EN SALA 19:45 A 20:40						
20,00-20,15					PUMP 20 A 20:45								PUMP 20 A 20:45					CICLO EN SALA 20:00 A 20:55		
20,15-20,30																				
20,30-20,45	AEREO-ZUMBA 20:30 A 21:25								AEREO-ZUMBA 20:30 A 21:25								AERO-ZUMBA 20:20 A 21:15			
20,45-21,00		CICLO EN SALA 20:45 A 21:40			PILATES 20:50 A 21:35					CICLO EN SALA 20:45 A 21:40			PILATES 20:50 A 21:35							
21,00-21,15																				
21,15-21,30																				
21,30-21,45																				
21,45-22,00																				