



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		MARTES		MIERCOLES		JUEVES		VIERNES		
	SALA		SALAS		SALAS		SALAS		SALA		
	AERÓBIC FITNESS		AERÓBIC FITNESS		CICLO		AERÓBIC FITNESS		AERÓBIC FITNESS	CICLO	AERÓBIC FITNESS
	PUMP 10,00-10,45	AERO-ZUMBA 10:00 A 10:55			BODY TONIC 10:00 A 10:55		AERO-ZUMBA 10:00 A 10:55				
10,00-10,15											
10,15-10,30											
10,30-10,45											
10,45-11,00											
11,00-11,15	PILATES 11:00 A 11:45	PILATES 11:00 A 11:45			PILATES 11:00 A 11:45		PILATES 11:00 A 11:45				
11,15-11,30											
11,30-11,45											
18,00-18,15											
18,15-18,30											
18,30-18,45											
18,45-20,00											
19,00-19,15	PILATES y STRETCHING 19,00-19,55	PUMP 19,00-19,45			AERO-ZUMBA 19:00 A 19:55		PUMP 19,00-19,45		PILATES y STRETCHING 19,00-19,55		
19,15-19,30											
19,30-19,45											
19,45-20,00											
20,00-20,15	AERO-ZUMBA 20,00-20,55	PILATES 20:00 A 20:45	CICLO 20:00-20:55		TONIFICACIÓN GAP 20:00 A 20:45		AERO-ZUMBA 20,00-20,55	CICLO 20:00-20:55	AERO-ZUMBA 20,00-20,55		
20,15-20,30											
20,30-20,45											
20,45-21,00											
21,00-21,15					PILATES 20:50 A 21:35						
21,15-21,30											
21,30-21,45											
21,45-22,00											