

# ACTIVIDADES PARA ADULTOS

TEMPORADA 2026/2027

**PILATES - CICLO INDOOR - AERO-ZUMBA - PUMP -**

**ENTRENAMIENTO DE ALTA INTENSIDAD Y TRABAJO CORE**

**STRETCHING - GAP FITNESS - BODY-TONIC**

**SALA DE CARDIO Y MUSCULACIÓN**

DE LUNES A VIERNES DE 08,30 A 22,00 H., SÁBADOS DE 09,00 A 21,00 Y DOMINGOS DE 9.00 A 15,00 HORAS

| ACTIVIDAD                                       | DÍAS            | HORARIO       |
|-------------------------------------------------|-----------------|---------------|
| <b>TENIS</b>                                    |                 |               |
| TENIS INICIACIÓN                                | LUNES Y MIÉRC.  | 18,00 A 18,55 |
| TENIS PERFECCIONAMIENTO 1                       | LUNES Y MIÉRC   | 19,00 A 19,55 |
| TENIS PERFECCIONAMIENTO 2                       | LUNES Y MIÉRC.  | 20,00 A 20,55 |
| <b>PÁDEL</b>                                    |                 |               |
| PÁDEL PERFECCIONAMIENTO 1                       | MARTES Y JUEVES | 10,00 A 10,55 |
| PADEL MAÑANAS 2                                 | MARTES Y JUEVES | 11,00 A 11,55 |
| PÁDEL INICIACIÓN 1                              | MARTES Y JUEVES | 19,00 A 19,55 |
| PADEL INICIACIÓN 2                              | LUNES Y MIÉRC.  | 19,30 A 20,25 |
| PADEL INICIACIÓN 3                              | LUNES Y MIÉRC.  | 20,30 A 21,25 |
| PÁDEL PERFECCIONAMIENTO 2                       | MARTES Y JUEVES | 20,05 A 21,00 |
| PÁDEL PERFECCIONAMIENTO 3                       | MARTES Y JUEVES | 21,05 A 22,00 |
| PÁDEL PERFECCIONAMIENTO 4                       | MARTES Y JUEVES | 20,05 A 21,00 |
| <b>EDUCACIÓN FÍSICA PARA MAYORES DE 65 AÑOS</b> |                 |               |
| ED.FÍSICA MAYORES 65 AÑOS GRUPO MANTENIMIENTO   | MARTES Y JUEVES | 10:00 A 10:50 |
| ED.FÍSICA MAYORES 65 AÑOS GRUPO TONIFICACIÓN    | LUNES Y MIÉRC.  | 11:00 A 11:50 |