

¡Pasa por encima el cursor
para descubrir al monitor/a!

Instalaciones Abiertas del 23 al 6 de enero

Excepto festivos, fines de
semana, 24 y 31 de
diciembre

Edificio 7C

De 7.15 a 22.30h
(30, 2 y 3 apertura 8.00h)

Pabellón

De 8.00 a 22.30h
(30, 2 y 3 cierre 22.00h)

Trinquet


De 8.00 a 22.00h
(30, 2 y 3 cerrado)




































































Edificio 5R

De 8.00 a 22.00h

 Spinning Virtual

 Sala Cardio

 Sala Musculación
Sin inscripción previa
Abierta también de
7.30 a 8.30h el 23, 26 y 27

	LUNES 23 y 30				JUEVES 26 y 2				VIERNES 27 y 3			
	Edificio 5R		Edificio 7C		Edificio 5R		Edificio 7C		5R		Edificio 7C	
8:30 - 9:30	Yoga	 	Método Tabata		Pilates	 			 	Bars training		
9:30 - 10:30		 				 			 			
10:30 - 12:30		 				 			 			
12:30 - 13:30												
13:30 - 14:30	Yoga	 	Acondicionamiento		Pilates	 			 	Acondicionamiento		
14:30 - 15:30		 			Yoga	 	Train camp* <small>*Pista de atletismo</small>		 			
15:30 - 16:30		 	Tonificación			 	Zumba		 	Tonificación		
16:30 - 17:30												
16:30 - 18:00												
18:00 - 18:30	Bailes latinos iniciación											
18:30 - 19:30		 				 			 	Bachata avanzado		
19:30 - 20:30	Pilates	 	Body Weight T		Yoga	 	Kizomba		 	Fitness	Bailes latinos avanzado	
20:30 - 21:30			Step				Fitness	