

**Del 26 de diciembre del 2018 al 4 de enero del 2019**

**HORARIO SALA MUSCULACIÓN: Miércoles, Jueves y Viernes: 7:30 a 22:30 / Sábado y Domingo: 9:00 a 14:00 y de 16:00 a 20:00 horas**

HORA	LUNES					MARTES					MIÉRCOLES					JUEVES					VIERNES					SÁBADO	
	SALA 1	SALA 2	MUSC	SALA 6	AGUA	SALA 1	SALA 2	MUSC	SALA 6	AGUA	SALA 1	SALA 2	MUSC	SALA 6	AGUA	SALA 1	SALA 2	MUSC	SALA 6	AGUA	SALA 1	SALA 2	MUSC	SALA 6	AGUA		
7'30																											
8'00																											
8'30																											
9'00																											
9'30												STRECHING											STRECHING				
10'00																											
10'30											PILATES	SPARTAN FIT		BIKE 30	AQUA TRAINING												
11'00													HIIT														
11'30												ZUMBA	YOGA	CORE STRECHING	BIKE 45											YOGA (SALA 2)	CIRCUIT O
12'00																											
12'30																										BIKE 45 (SALA 6)	
13'00																											
13'30															AQUA GYM											AQUA GYM	
14'00																											
14'30																											
15'00												CROSS TRAINING															
15'30																											
16'00																											
16'30																											
17'00																											
17'30																											
18'00																											
18'30																											
19'00																											
19'30																											
20'00																											
20'30																											
21'00																											
21'30																											
22'00																											

La organización se reserva el derecho a modificar las actividades y/o los horarios por necesidades organizativas. La duración aproximada de las sesiones es de 45 minutos.

CICLO INDOOR TIENEN RESERVA PREVIA DE PLAZA EN SALA DE MUSCULACIÓN

ACTIVIDADES NUEVAS

AQUA GYM, FIT, SALUD Y TRAINNING TIENEN RESERVA PREVIA DE PLAZA EN RECEPCIÓN