



ACTIVIDADES BONO DEPORTE

Fechas: Del 8 de enero al 29 de febrero

LUNES	Actividad	AFORO	Instalación
09:10 A 10:00 H.	PILATES	4	Sala de Aerobic Pabellón Grande
09:15 A 10:00 H.	T.R.X.	6	Sala Multiusos
09:10 A 10:00 H.	FITNESS AERÓBICO D.	9	Sala de Aerobic Pabellón Grande
10:10 A 10:55 H.	T.R.X.	9	Sala Multiusos
10:10 A 11:00 H.	PILATES	5	Sala de Aerobic Pabellón Grande
18:05 A 18:55 H.	FIT-BODY FUNCIONAL	22	Pabellón Pequeño
19:10 A 20:00 H.	FIT-BODY AERÓBICO	15	Sala de Aerobic Pabellón Grande
19:10 A 20:00 H.	TONIFICACIÓN MUSC. Y T.R.X.	11	Sala de Tonificación Pabellón Grande
19:10 A 19:55 H.	SPINNING	2	Squash 2
19:10 A 20:00 H.	FIT-BODY GAP	5	Sala de Torreforum
20:10 A 21:00 H.	FIT-BODY PUMP	14	Sala de Torreforum
20:10 A 21:00 H.	FIT-BODY AERÓBICO	12	Sala de Aerobic Pabellón Grande
20:10 A 21:00 H.	TONIFICACIÓN MUSC. Y T.R.X.	7	Sala de Tonificación Pabellón Grande
20:35 A 21:25 H.	FIT-BODY FUNCIONAL	17	Pabellón Pequeño
21:00 A 22:00 H.	CROSSFIT	2	Sala Multiusos

MARTES	Actividad	AFORO	Instalación
09:10 A 10:00 H.	TONIFICACIÓN MUSC. Y T.R.X.	8	Sala de Tonificación Pabellón Grande
09:15 A 10:05 H.	AEROFITT	10	Sala de Aerobic Pabellón Grande
10:10 A 11:00 H.	AEROZUMBA	16	Sala de Aerobic Pabellón Grande
14:30 A 15:30 H.	PILATES	4	Casa de Madera
18:10 A 19:00 H.	ENTREN. FUNCIONAL	22	Sala de Aerobic Pabellón Grande
19:00 A 20:00 H.	CROSSFIT	3	Sala Multiusos
19:10 A 20:00 H.	FIT-BODY AERÓBICO	10	Sala de Aerobic Pabellón Grande
19:20 A 20:10 H.	ACOND. FÍSICO	25	Pabellón Pequeño
20:10 A 20:55 H.	SPINNING	7	Squash 2
20:10 A 21:00 H.	FIT-BODY AERÓBICO	12	Sala de Aerobic Pabellón Grande
20:20 A 21:05 H.	T.R.X.	3	Sala de Tonificación Pabellón Grande
21:00 A 21:45 H.	T.R.X.	6	Sala Multiusos

MIÉRCOLES	Actividad	AFORO	Instalación
09:10 A 10:00 H.	PILATES	4	Sala de Aerobic Pabellón Grande
09:15 A 10:00 H.	T.R.X.	6	Sala Multiusos
09:10 A 10:00 H.	FITNESS AERÓBICO D.	9	Sala de Aerobic Pabellón Grande
10:10 A 10:55 H.	T.R.X.	9	Sala Multiusos
10:10 A 11:00 H.	PILATES	5	Sala de Aerobic Pabellón Grande
18:05 A 18:55 H.	FIT-BODY FUNCIONAL	22	Pabellón Pequeño
19:10 A 20:00 H.	FIT-BODY AERÓBICO	15	Sala de Aerobic Pabellón Grande
19:10 A 20:00 H.	TONIFICACIÓN MUSC. Y T.R.X.	11	Sala de Tonificación Pabellón Grande





DEPORTES

19:10 A 19:55 H.	SPINNING	2	Squash 2
19:10 A 20:00 H.	FIT-BODY GAP	5	Sala de Torreforum
20:10 A 21:00 H.	FIT-BODY PUMP	14	Sala de Torreforum
20:10 A 21:00 H.	FIT-BODY AERÓBICO	12	Sala de Aeróbic Pabellón Grande
20:10 A 21:00 H.	TONIFICACIÓN MUSC. Y T.R.X.	7	Sala de Tonificación Pabellón Grande
20:35 A 21:25 H.	FIT-BODY FUNCIONAL	17	Pabellón Pequeño
21:00 A 22:00 H.	CROSSFIT	2	Sala Multiusos

JUEVES	Actividad	AFORO	Instalación
09:10 A 10:00 H.	TONIFICACIÓN MUSC. Y T.R.X.	8	Sala de Tonificación Pabellón Grande
09:15 A 10:05 H.	AEROFITT	10	Sala de Aeróbic Pabellón Grande
10:10 A 11:00 H.	AEROZUMBA	16	Sala de Aeróbic Pabellón Grande
14:30 A 15:30 H.	PILATES	4	Casa de madera
18:10 A 19:00 H.	ENTREN. FUNCIONAL	22	Sala de Aeróbic Pabellón Grande
19:00 A 20:00 H.	CROSSFIT	3	Sala Multiusos
19:10 A 20:00 H.	FIT-BODY AERÓBICO	10	Sala de Aeróbic Pabellón Grande
19:20 A 20:10 H.	ACOND. FÍSICO	25	Pabellón Pequeño
20:10 A 20:55 H.	SPINNING	7	Squash 2
20:10 A 21:00 H.	FIT-BODY AERÓBICO	12	Sala de Aeróbic Pabellón Grande
20:20 A 21:05 H.	T.R.X.	3	Sala Multiusos
21:00 A 21:45 H.	T.R.X.	6	Sala Multiusos

VIERNES	Actividad	AFORO	Instalación
09:30 A 10:45 H.	YOGA	3	Sala de Relajación
10:45 A 12:00 H.	YOGA	2	Sala de Relajación
18:00 A 19:00 H.	CROSSFIT	12	Sala Multiusos
19:10 A 20:00 H.	B. PUMP	16	Sala de Torreforum
19:10 A 19:55 H.	CROSSFIT	12	Sala Multiusos

SÁBADO	Actividad	AFORO	Instalación
12:00 A 13:00 H.	CROSSFIT	12	Sala Multiusos

DÍAS NO LECTIVOS PARA ACTIVIDADES DIRIGIDAS

--