



ACTIVIDADES BONO DEPORTE

Fechas: Del 16 de septiembre al 31 de octubre

LUNES	Actividad	AFORO	Instalación
08:00 A 09:00 H.	FIT-BODY	10	CASA DE MADERA
09:10 A 10:00 H.	FITNESS AERÓBICO D.	8	Sala de Aeróbic Pabellón Grande
10:10 A 10:55 H.	GO-FLO	6	Sala de Aeróbic Pabellón Pequeño
18:05 A 18:55 H.	FIT-BODY FUNCIONAL	35	PABELLÓN PEQUEÑO
19:10 A 20:00 H.	FIT-BODY AERÓBICO	22	Sala de Aeróbic Pabellón Grande
19:10 A 20:00 H.	TONIFICACIÓN MUSC. Y T.R.X.	7	Sala de Tonificación Pabellón Grande
19:10 A 19:55 H.	SPINNING	21	SQUASH 2
20:10 A 21:00 H.	FIT-BODY PUMP	16	SALA DE TORREFORUM
20:10 A 21:00 H.	FIT-BODY AERÓBICO	22	Sala de Aeróbic Pabellón Grande
20:35 A 21:25 H.	FIT-BODY FUNCIONAL	35	PABELLÓN PEQUEÑO
21:00 A 22:00 H.	CROSSFIT	12	SALA MULTIUSOS

MARTES	Actividad	AFORO	Instalación
09:10 A 10:00 H.	TONIFICACIÓN MUSC. Y T.R.X.	7	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	10	CASA DE MADERA
18:10 A 19:00 H.	ENTREN. FUNCIONAL	22	Sala de Aeróbic Pabellón Grande
19:00 A 20:00 H.	CROSSFIT	12	SALA MULTIUSOS
19:20 A 20:10 H.	ACOND. FÍSICO	35	PABELLÓN PEQUEÑO
19:10 A 19:55 H.	SPINNING	21	SQUASH 2
20:10 A 20:55 H.	SPINNING	21	SQUASH 2
20:10 A 21:00 H.	FIT-BODY AERÓBICO	22	Sala de Aeróbic Pabellón Grande
20:20 A 21:05 H.	T.R.X.	7	Sala de Tonificación Pabellón Grande

MIÉRCOLES	Actividad	AFORO	Instalación
08:00 A 09:00 H.	FIT-BODY	10	CASA DE MADERA
09:10 A 10:00 H.	FITNESS AERÓBICO D.	8	Sala de Aeróbic Pabellón Grande
09:30 A 10:45 H.	YOGA	3	SALA DE RELAJACIÓN
10:10 A 10:55 H.	GO-FLO	6	Sala de Aeróbic Pabellón Pequeño
11:00 A 12:15 H.	YOGA	2	SALA DE RELAJACIÓN
18:05 A 18:55 H.	FIT-BODY FUNCIONAL	35	PABELLÓN PEQUEÑO
19:10 A 20:00 H.	TONIFICACIÓN MUSC. Y T.R.X.	7	Sala de Tonificación Pabellón Grande
19:10 A 20:00 H.	FIT-BODY AERÓBICO	22	Sala de Aeróbic Pabellón Grande
19:10 A 19:55 H.	SPINNING	21	SQUASH 2
20:10 A 21:00 H.	B. PUMP	16	SALA DE TORREFORUM
20:10 A 21:00 H.	FIT-BODY AERÓBICO	22	Sala de Aeróbic Pabellón Grande
20:35 A 21:25 H.	FIT-BODY FUNCIONAL	35	PABELLÓN PEQUEÑO
21:10 A 21:55 H.	CROSSFIT	12	SALA MULTIUSOS





DEPORTES

JUEVES	Actividad	AFORO	Instalación
09:10 A 10:00 H.	TONIFICACIÓN MUSC. Y T.R.X.	7	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	10	CASA DE MADERA
18:10 A 19:00 H.	ENTREN. FUNCIONAL	22	Sala de Aeróbic Pabellón Grande
19:20 A 20:10 H.	FIT-BODY FUNCIONAL	35	PABELLÓN PEQUEÑO
19:00 A 20:00 H.	CROSSFIT	12	SALA MULTIUSOS
20:10 A 21:00 H.	FIT-BODY AERÓBICO	22	Sala de Aeróbic Pabellón Grande
20:10 A 21:00 H.	SPINNING	21	SQUASH 2
20:20 A 21:05 H.	T.R.X.	7	Sala de Tonificación Pabellón Grande

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
11:10 A 11:55 H.	SPINNING	21	SQUASH 2
12:00 A 13:00 H.	CROSSFIT	12	SALA MULTIUSOS

DÍAS NO LECTIVOS PARA ACTIVIDADES DIRIGIDAS

12 de octubre