

ACTIVIDADES TEMPORADA 2020/2021

Horario	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
9:30	SPINNING	PILATES	CICLO-CIRCUITO	PILATES	FITBALL-DANCE
	GIMNASIA MAYORES	AGUA MAYORES	AGUA MAYORES	GIMNASIA MAYORES	
	AQUAGYM			AQUAGYM	
10:30	PILATES	SPINNING	GIMNASIA MAYORES	SPINNING	AGUA MAYORES
	CROSS TRAINING	FITBALL-DANCE	PILATES	STEP-DANCE	
	AGUA MAYORES				ABDOMINALES + ESTIRAMIENTOS
16:30	PILATES	FULL-BODY	PILATES	GAP	PILATES
17:30	GAP	PILATES	ABDOM Y ESTIRAMIENTOS	PILATES	SPINNING
18:30	FULL-BODY	GAP	FITBALL-DANCE	CROSS-TRAINING	ABDOMINALES + ESTIRAMIENTOS
	SPINNING	SPINNING	SPINNING	SPINNING	
19:30	ABD. + ESTIRAMIENTOS	CROSS-TRAINING	CROSS-TRAINING	GAP	FULL-BODY
	SPINNING	SPINNING	SPINNING	SPINNING	
20:30	CROSS TRAINING	CICLO-CIRCUITO	ABDOM. Y ESTIRAMIENTOS	CICLO-CIRCUITO	
			AQUAGYM		
20:45	AFAC		AFAC		