



Horario de Clases Colectivas JUNIO 2011



| | lunes | martes | miércoles | jueves | viernes | sábado | domingo | |
|-------|--|--|--------------------------------|--|----------------------------|------------------------|--------------------------------|-------|
| 8:00 | tonificación | | tonificación | | | | | 8:00 |
| 9:00 | | pilates | aquafitness 45' | pilates | | | | 9:00 |
| 9:15 | | mantenimiento 45' | | gap 45' | mantenimiento 45' | | | 9:15 |
| 10:00 | estiramientos | step- tonic pilates | mantenimiento | step 30' pilates aquafitness 45' | estilos | | | 10:00 |
| 10:30 | | | | body balance 30' | | | | 10:30 |
| 10:45 | | | | | | escuela natación * 30' | | 10:45 |
| 11:00 | funky (inic.) | funky yoga | estiramientos | ritmos latinos yoga | estiramientos | | | 11:00 |
| 11:30 | aquafitness 45' | aquafitness 45' | aquafitness 45' | aquafitness 45' | aquafitness 45' | aquafitness 45' | | 11:30 |
| 12:15 | SPE SENIOR * 45' | | SPE SENIOR * 45' | | SPE SENIOR * 45' | abd 30' | | 12:15 |
| 14:00 | mantenimiento | gap | step | estilos + gap | estiramientos | | | 14:00 |
| 14:15 | ciclo 45' pilates | ciclo 45' | ciclo 45' pilates | ciclo 45' | | | | 14:15 |
| 15:45 | escuela natación * 120' | | escuela natación * 120' | | | | | 15:45 |
| 17:00 | | escuela natación * 120' | | escuela natación * 120' | escuela natación * 120' | | | 17:00 |
| 18:00 | SPE SENIOR * EEDE * | | SPE SENIOR * EEDE * | | | | | 18:00 |
| 18:30 | | jazz-lírico pilates | | jazz-lírico pilates | | | | 18:30 |
| 19:00 | gap pilates | | step- tonic pilates | | latinos aquafitness 45' | | | 19:00 |
| 19:15 | | abd 30' | | abd 30' | | | | 19:15 |
| 19:30 | aquafitness 45' | aquafitness 45' EEDE * ciclo 45' | aquafitness 45' | aquafitness 45' EEDE * ciclo 45' | | | | 19:30 |
| 19:45 | | conc. sensorial 45' | | conc. sensorial 45' | | | | 19:45 |
| 20:00 | latinos (inic.) ciclo 45' EEDE * | | latinos ciclo 45' EEDE * | | tonificación | | SALA CICLO SALA 1 SALA 2 | 20:00 |
| 20:30 | | abd + stretch 45' | | abd + stretch 45' | | | PISCINA | 20:30 |



* La Escuela de Natación y EEDE están fuera de cuota

* El Centro se reserva el derecho de modificar las clases así como los monitores por motivos ajenos o imprevistos