

HORA		LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO
INICIO	FIN						
7,45 - 8,30			Entrenamiento Funcional (Gimnasio 1)		Entrenamiento Funcional (Gimnasio 1)		
9,00 - 9,45		Gimnasia Senior (Gimnasio 3)		Gimnasia Senior (Gimnasio 3)			
9,30 - 10,15			Aqua gym (Piscina Invierno)		Aqua gym (Piscina Invierno)		
9,30 - 10,15		Aeróbic (Gimnasio 1)	Estilos (Gimnasio 1)	Ritmo Latino (Gimnasio 1)	Aeróbic (Gimnasio 1)	Estilos (Gimnasio 1)	
10,00 - 10,45							Entrenamiento Funcional (Gimnasio 1)
10,00 - 11,30			Yoga (Gimnasio 7) NOVEDAD		Yoga (Gimnasio 7) NOVEDAD		
10,30 - 11,15		Tonificación Total (Gimnasio 1)	Disco Pump (Gimnasio 1)	Gapp (Gimnasio 1)	Harmony (Gimnasio 1)	Disco Pump (Gimnasio 1)	
11,00 - 11,45							Crossfitness (Gimnasio 1)
11,15 - 11,30		CORE (Sala Fitness)	CORE (Sala Fitness)	CORE (Sala Fitness)	CORE (Sala Fitness)		
14,15 - 15,00		Natación Estilos (Piscina Invierno)		Natación Estilos (Piscina Invierno)			
14,30 - 15,15		Entrenamiento Funcional (Gimnasio 1)	Acondicionamiento Físico (Gimnasio 1)	Entrenamiento Funcional (Gimnasio 1)	Acondicionamiento Físico (Gimnasio 1)		
14,30 - 15,30			Yoga (Gimnasio 7) NOVEDAD		Yoga (Gimnasio 7) NOVEDAD		
18,20 - 19,05		Gapp (Gimnasio 1)	Disco Pump (Gimnasio 1)	Acondicionamiento Físico (Gimnasio 1)	Disco Pump (Gimnasio 1)		
18,45 - 19,00		CORE (Sala Fitness)	CORE (Sala Fitness)	CORE (Sala Fitness)	CORE (Sala Fitness)	CORE (Sala Fitness)	
19,00 - 20,30		Yoga (Gimnasio 7) NOVEDAD		Yoga (Gimnasio 7) NOVEDAD			
19,15 - 20,00		CORE Balance (Sala Triangulo)	Integral Balance (Sala Triangulo)	CORE Balance (Sala Triangulo)	Integral Balance (Sala Triangulo)	Integral Balance (Sala Triangulo)	
19,15 - 20,00		Zumba (Gimnasio 1)	Entrenamiento Funcional (Gimnasio 1)	Zumba (Gimnasio 1)	Entrenamiento Funcional (Gimnasio 1)		
		Crossfitness (Gimnasio 3)		Crossfitness (Gimnasio 3)			
20,00 - 20,30		HIIT (Sala Fitness)		HIIT (Sala Fitness)			
20,15 - 21,00		Integral Balance (Sala Triangulo)	Harmony (Sala Triangulo)	Integral Balance (Sala Triangulo)	Harmony (Sala Triangulo)		