

ACTIVIDADES JULIO 2019

Actividad	Días	Horario	Nivel	Instalación
Tonificación	J	08:00 - 09:00 ²	Único	Gimnasio I
Aerotono	M y J	09:00 - 10:00 ²	Único	Gimnasio I
Aquagym	X y V	14:30 - 15:30 ¹	Único	Piscina Exterior
	L	14:30 - 15:30 ¹		
Boxeo	L y X	14:00 - 15:00 ¹	Único	Tatami Polideportivo
Ciclo Indoor	L y X	08:00 - 09:00 ¹	Único	Sala de Ciclo
	M y J	19:00 - 20:00 ¹		
Esgrima	L-X	15:15 - 16.15 ²	Único	Sala de Esgrima
Kenpo Karate	M y J	13:30 - 14:30 ²	Único	Tatami Polideportivo
	V	13:30 - 15:30 ²		
Nado Universitario	L-X	13:00 - 14:00 ²		Piscina exterior
		14:00 - 15:00 ²		
	M y J	15:00 - 16:00 ²		
	18:00 - 19:00 ²			
Natación Terapéutica	M y J	14:00 - 15:00 ²	Único	
Padel	M-J	09:30 - 10:30 ³	Avanzado	Pistas 8 y 9
		10.30 - 11:30 ³	Medio	
		17:00 - 18:00 ³	Ini-Medio	
		18:00 - 19:00 ³	Medio	
		19:00 - 20:00 ³	Medio	
Pilates	L y X	09:00 - 10:00 ²	Único	Gimnasio I
		19:30 - 20:30 ²		Sala Piscina
	M y J	14:30 - 15:30 ²		Gimnasio I
		14:30 - 15:30 ²		Gimnasio II
		15:30 - 16:30 ²		
		16:30 - 17:30 ²		
		17:30 - 18:30 ²		
Preparación Física	L y X	08:00 - 09:00 ¹	Único	
		14:30 - 15:30 ¹		
Trabajo de Alta Intensidad	X y V	13:30 - 14:30 ¹	Único	Gimnasio II
	M y J	13:30 - 14:30 ¹		
Triatlón	L-X	17:00 - 18:00 ²	Único	Piscina y Sala Ciclo Indoor
Zumba	M-J	17:30 - 18:30 ²	Único	Gimnasio II

¹ Mínimo 8 usuarios, ² Mínimo 10 usuarios, ³ Mínimo 6 usuarios.

La oferta de Actividades Dirigidas puede verse modificada por necesidades del Servicio.

Peticiones de grupos (a parte de la oferta establecida) hasta el 16 de junio.

Se impartirán los grupos que a día 24 de junio lleguen al número mínimo detallado anteriormente.