

Válido desde el 1 de septiembre de 2021

HORA	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO
8:30	POOLBIKING 25'	ABDOMINALES 25'	POOLBIKING 25'	HIIT 25'	POOLBIKING 25'	
10:30	ABDOMINALES 25'			ABDOMINALES 25'		
12:30	ABDOMINALES 25'	ESTIRAMIENTOS 25'	HIIT 25'	ESTIRAMIENTOS 25'		
13:00						ABDOMINALES 25'
19:05					POOLBIKING 25'	
20:00		POOLBIKING 25'		HIIT 25'	ABDOMINALES 25'	
21:00		TRX 25'		TRX 25'	ESTIRAMIENTOS 25'	

Será **imprescindible reservar** con antelación la asistencia a todas las clases dirigidas que ofrece el centro.

CLASIFICACIÓN DE LAS ACTIVIDADES

TONIFICACIÓN	CARDIO	PISCINA
--------------	--------	---------