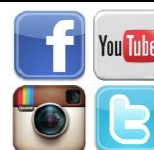


HORARIO DE ACTIVIDADES DIRIGIDAS del 1 al 15 de AGOSTO 2022

Hora	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	Hora
09:15	ZUMBA		STEP	GAP	BODY POWER	09:15
09:30	YOGA		YOGA		PILATES	09:30
	SPINNING	SPINNING	SPINNING	SPINNING		
10:00		PILATES		PILATES		10:00
10:15	BODY POWER	GAP	ZUMBA	CIRCUIT TRAINING		10:15
10:30	PILATES					10:30
11:30	PILATES	PILATES	PILATES	PILATES		11:30
14:00			CIRCUIT TRAINING			14:00
14:15		CORE (30')		HIIT (30')		14:15
15:30	SPINNING	PILATES	PILATES BARRA	PILATES		15:30
17:30	CORE+HIIT	BODY POWER	DANCE WITH ME!		BODYFIT	17:30
18:00	PELVICUM (30')	FASCIAS (30')	PELVICUM (30')	FASCIAS (30')		18:00
18:30	PILATES	YOGA	PILATES	YOGA	PILATES	18:30
	SLIDER	GAP	STEP	STEP		
19:15			SPINNING			19:15
19:30	YOGA	PILATES	YOGA	PILATES		19:30
	SPINNING					
	DANCE WITH ME!	BODYFIT	GAP	BODYPOWER		
20:00		SPINNING		SPINNING		20:00
20:30	PILATES	PILATES	PILATES	PILATES		20:30

HORARIO DE ACTIVIDADES DIRIGIDAS del 15 al 31 de AGOSTO 2022

Hora	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	Hora
09:15	ZUMBA		STEP	GAP	BODY POWER	09:15
09:30	YOGA		YOGA		PILATES	09:30
	SPINNING	SPINNING	SPINNING	SPINNING		
09:45	AQUAGYM	AQUAGYM	AQUAGYM	AQUAGYM	AQUAGYM	09:45
10:00		PILATES		PILATES		10:00
10:15	BODY POWER	GAP	ZUMBA	CIRCUIT TRAINING		10:15
10:30	AQUAGYM		AQUAGYM			10:30
	PILATES					
11:15		AQUAGYM		AQUAGYM		11:15
11:30	PILATES	PILATES	PILATES	PILATES		11:30
14:00			CIRCUIT TRAINING			14:00
14:15		CORE (30')		HIIT (30')		14:15
15:00		AQUAGYM		AQUAGYM		15:00
15:30	SPINNING	PILATES	PILATES BARRA	PILATES		15:30
17:30	CORE+HIIT	BODY POWER	DANCE WITH ME!		BODYFIT	17:30
18:00	PELVICUM (30')	FASCIAS (30')	PELVICUM (30')	FASCIAS (30')		18:00
18:30	PILATES	YOGA	PILATES	YOGA	PILATES	18:30
	SLIDER	GAP	STEP	STEP		
19:15	AQUAGYM		AQUAGYM			19:15
			SPINNING			
19:30	YOGA	PILATES	YOGA	PILATES		19:30
	SPINNING	AQUAGYM		AQUAGYM		
	DANCE WITH ME!	BODYFIT	GAP	BODYPOWER		
20:00		SPINNING		SPINNING		20:00
20:30	PILATES	PILATES	PILATES	PILATES		20:30



PARA ACCEDER A CUALQUIER ACTIVIDAD DIRIGIDA ES IMPRESCINDIBLE RESERVAR LA PLAZA DESDE UN DÍA ANTES DEL COMIENZO DE LA ACTIVIDAD A TRAVÉS DE NUESTRA APP (TRAININGYM), PÁGINA WEB O TELEFÓNICAMENTE.

LAS CLASES DIRIGIDAS TIENEN UNA DURACIÓN DE 45 MINUTOS, A EXCEPCIÓN DE QUE SE INDIQUE LO CONTRARIO.

LOS HORARIOS Y ENTRENADORES PODRÁN SER MODIFICADOS POR RAZONES ORGANIZATIVAS.

SALA 1	SALA CICLO	SALA 3
PISCINA		LA QUART4

www.piscinamunicipalboraya.com
info@piscinamunicipalboraya.com

Tlf.96 186 42 54