

HORARIO ACTIVIDADES DICIEMBRE 2022

O FORTE / LEDESMA/LESTEDO

HORARIO	LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES	SABADO
09:30	CIRCUITO SALUDABLE MAYORES O FORTE		CIRCUITO SALUDABLE MAYORES O FORTE			
10:30	PILATES O FORTE		PILATES O FORTE			
11:00						ZUMBA TODOS LOS GRUPOS O FORTE
17:30		PILATES LEDESMA 17:30 horas		PILATES LEDESMA 17:30 horas		
18:00						
19:00	XIMNASIA MAYORES O FORTE	CROSS FUNCIONAL O FORTE	PILATES ESCUELA DE LA ESPALDA O FORTE	XIMNASIA MAYORES O FORTE	PILATES ESCUELA DE LA ESPALDA O FORTE	
					BAILOTERAPIA O FORTE 19:30 horas	
20:00	CROSS FUNCIONAL O FORTE	PILATES O FORTE 20:15 horas		PLATES O FORTE 20:15 horas	GAP 30 O FORTE	
	ZUMBA O FORTE 20:00 A 21:00	BAILOTERAPIA O FORTE 20:00 A 21:00		ZUMBA O FORTE 20:00 A 21:00	ZUMBA O FORTE 20:30 horas	
			GAP 30 O FORTE 21:00 horas		CROSS FUNCIONAL O FORTE 20:30 horas	
21:00	PILATES O FORTE 21:00 horas	CIRCUIT TRAINING O FORTE 21:30 horas	PILATES O FORTE 21:30 horas	CIRCUIT TRAINING O FORTE 21:30 HORAS		
		ZUMBA LESTEDO 21:30 A 22:30		ZUMBA LESTEDO 21:30 A 22:30		
22:00						