



## GIMNASIO MUNICIPAL

### HORARIO DE VERANO 2019 (a partir del 1 de junio)

HORA	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO
7:30 - 9:00	SALA	SALA	SALA	SALA	SALA	CERRADO
8:30 - 9:15	AQUAEROBIC (julio-agosto piscina municipal)	SALA	AQUAEROBIC (julio-agosto piscina municipal)	SALA	AQUAEROBIC (julio-agosto piscina municipal)	CERRADO
9:10 - 10:00	ZUMBA	POWER-PUMP	ZUMBA	POWER-PUMP	ZUMBA	SALA
		PILATES		PILATES		
10:00 - 10:45	CICLO INDOOR	INTERVALO	CICLO INDOOR	INTERVALO	CICLO INDOOR	SALA
	PILATES					
11:00 - 11:45	20' ABDOMINALES	FIT-FLAMENCO	20' ESTIRAMIENTO	FIT-FLAMENCO	SALA	SALA
12:00 - 14:00	SALA	SALA	SALA	SALA	SALA	
14:00 - 17:00	CERRADO	CERRADO	CERRADO	CERRADO	CERRADO	

17:00 – 18:00	SALA	SALA	SALA	SALA	SALA	CERRADO
18:00 – 18:45	FIT-FLAMENCO	GAP	SALA	GAP	SALA	
18:30 – 19:15	AQUAEROBIC (julio-agosto piscina municipal)	SALA	AQUAEROBIC (julio-agosto piscina municipal)	SALA	AQUAEROBIC (julio-agosto piscina municipal)	
19:00 – 19:45	INTERVALO	INTERVALO	FIT-FLAMENCO	INTERVALO	POWER-PUMP	
20:00 – 20:45	CICLO INDOOR	CICLO INDOOR	CICLO INDOOR	CICLO INDOOR	CICLO INDOOR	
	PILATES (Solo junio)		PILATES (Solo junio)	PILATES (Solo junio)		
21:10 – 22:00	ZUMBA	POWER-PUMP	ZUMBA	POWER-PUMP	ZUMBA	
	PILATES		PILATES	PILATES		
22:00 – 23:00	SALA	SALA	SALA	SALA	SALA	

\*El Pilates se impartirá en el campo de fútbol de césped natural.

\*\*Las actividades dirigidas se impartirán siempre que haya un número no inferior a 5 personas. En caso contrario se sustituirá por otra actividad no dirigida.

\*\*\* El horario del sábado se mantiene de 9:00 a 13:00 h.