

HORARIO DE ACTIVIDADES DIRIGIDAS MARZO 2020 (ACTIVIDADES DE SALA)

| HORARIO | LUNES | MARTES | MIÉRCOLES | JUEVES | VIERNES |
|---------------|-------------------------|-----------------------------|-----------------------------|-----------------------------|-----------------------------|
| 9:30 - 10:15 | GIMNASIA SUAVE | | GIMNASIA SUAVE | | GIMNASIA SUAVE |
| 11:30 - 12:15 | | G.A.P | ENTRENAMIENTO EN SUSPENSION | TOTAL TRAINING | ENTRENAMIENTO EN SUSPENSION |
| 12:15 - 17:30 | | | | | |
| 17:30 - 18:15 | PILATES* | | PILATES* | | |
| 18:30 - 19:15 | ENTRENAMIENTO FUNCIONAL | BAILOTERAPIA | TOTAL TRAINING | BAILOTERAPIA | ENTRENAMIENTO FUNCIONAL |
| 19:30 - 20:15 | TOTAL TRAINING | ENTRENAMIENTO FUNCIONAL | GAP | ENTRENAMIENTO FUNCIONAL | TOTAL TRAINING |
| 20:30 - 21:15 | CICLO INDOOR | ENTRENAMIENTO EN SUSPENSION | CICLO INDOOR | ENTRENAMIENTO EN SUSPENSION | CICLO INDOOR |

***ACTIVIDAD DE PAGO (INFORMARSE EN RECEPCIÓN) / DEBERÁ HABER UN MÍNIMO DE 2 PERSONAS PARA REALIZAR CUALQUIER CLASE.**

ENTRENAMIENTO EN SUSPENSIÓN(TRX):Máximo 8 personas.En caso de haber más personas se cambiará por GAP o TOTAL TRAINING.

GAP Y TOTAL TRAINING Podrán ser realizadas de forma dirigida o en circuito según crea conveniente el monitor.