

HORARIOS SALA DE MUSCULACIÓN MARZO 2020

HORARIO	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
9:05-9:30	MONITOR SEMI DISPONIBLE					ABIERTO DESDE LAS 10:00	
9:30 - 10:30	MONITOR DISPONIBLE					USO LIBRE	USO LIBRE
10:30 - 11:30							
11:30 - 12:30							
12:30 - 15:30	MONITOR SEMI DISPONIBLE					USO LIBRE	USO LIBRE
15:30 - 16:30	MONITOR DISPONIBLE						
16:30 - 17:30	MONITOR DISPONIBLE						
17:30 - 18:30	CIRCUITO EN SALA				MONITOR DISPONIBLE	CERRADO DESDE 14:00	
18:30 - 19:30	MONITOR DISPONIBLE						
19:30 - 20:30	MONITOR DISPONIBLE						
20:30 - 21:10	MONITOR DISPONIBLE	MONITOR DISPONIBLE	MONITOR DISPONIBLE	MONITOR DISPONIBLE	MONITOR DISPONIBLE	CERRADO DESDE 21:00	
21:10 - 21:30	ABDOMINALES	MONITOR DISPONIBLE	ABDOMINALES	MONITOR DISPONIBLE	ABDOMINALES		
21:30 - 21:55	MONITOR SEMI DISPONIBLE						

*CIRCUITO EN SALA: NO es un Entrenamiento personal, sino un entrenamiento en grupo supervisado con una duración entre 40-45 minutos y Máximo 5 personas.
 *MONITOR SEMI DISPONIBLE: Monitor en el Centro pero realizando labores de apertura o cierre.
 *En caso de necesitar al monitor y no encontrarse acudir a recepción.
 *USO LIBRE: Durante esta hora no habrá monitor en la sala de musculación.
 *ABDOMINALES: Clase de 15-20 Minutos que se realizará en el mismo Gimnasio o pasillo exterior.