

# CLASES COLECTIVAS

COMPLEJO DEPORTIVO VIRGEN DEL ESPINAR

— Del 12 al 30 de septiembre de 2022 —

HORARIO ACTIVIDADES	LUNES				MARTES				MIÉRCOLES				JUEVES				VIERNES			SÁBADO
	SALA COLECTIVA	CICLO	PISCINA	POLI- DEPORTIVO	SALA COLECTIVA	CICLO	PISCINA	POLI- DEPORTIVO	SALA COLECTIVA	CICLO	PISCINA	POLI- DEPORTIVO	SALA COLECTIVA	CICLO	PISCINA	POLI- DEPORTIVO	SALA COLECTIVA	CICLO	PISCINA	SALA COLECTIVA
9:00 - 9:30	TONIFICACIÓN 9:15-10:00				GAP 9:15-10:00								GAP 9:15-10:00				GAP 9:30-10:00	CICLO VIRTUAL 9:30-10:30		
9:30 - 10:00																				
10:00 - 10:30		CICLO INDOOR 10:00-11:00			PUMP 10:00-10:00				CICLO INDOOR 10:00-10:50				PUMP 10:00-10:00						AQUAGYM 10:00-11:00	
10:30 - 11:00					CICLO VIRTUAL 10:30-11:30								CICLO VIRTUAL 10:30-11:30				YOGA 10:30-11:30			CROSS 10:30-11:15
11:00 - 11:30	PILATES 11:00-12:00				STRETCH 11:00-11:30		AQUAGYM 11:00-12:00		PILATES 11:00-12:00				STRETCH 11:00-11:30		AQUAGYM 11:00-12:00					
11:30 - 12:00					ZUMBA 11:30-12:30								ZUMBA 11:30-12:30				ABD 11:30-12:00			CICLO VIRTUAL 11:30-12:30
12:00 - 12:30																				
18:00 - 18:30																				
18:30 - 19:00					FUNCIONAL 18:30-19:00								FUNCIONAL 18:30-19:00							PUMP 18:00-19:00
19:00 - 19:30	PUMP 19:00-20:00		AQUAGYM 19:00-20:00		KOMBAT 19:00-20:00	CICLO INDOOR 19:00-20:00		PILATES TERAPEUTICO 19:00-20:00	PUMP 19:00-20:00		AQUAGYM 19:00-20:00		KOMBAT 19:00-20:00	CICLO INDOOR 19:00-20:00		PILATES TERAPEUTICO 19:00-20:00	GAP 19:00-19:30			
19:30 - 20:00			YOGA 19:30-20:30										YOGA 19:30-20:30							CICLO VIRTUAL 19:30-20:30
20:00 - 20:30		CICLO INDOOR 20:00-21:00			CORE 20:00-20:30			PILATES 20:00-21:00		CICLO INDOOR 20:00-21:00			CORE 20:00-20:30			PILATES 20:00-21:00				
20:30 - 21:00					ZUMBA 20:30-21:30								ZUMBA 20:30-21:30							
21:00 - 21:30						CICLO VIRTUAL 21:00-22:00								CICLO VIRTUAL 21:00-22:00						
21:30 - 22:00																				
22:00 - 22:30																				

Reserva tus  
CLASES COLECTIVAS  
en la app my mistral

