



GIMNASIO MUNICIPAL FEBRERO 2017

MES DE SAN VALENTÍN



Horas	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADOS
9:20h- 10:00h	AQUAGYM		AQUAGYM		AQUAGYM	SALA DE MUSCULACIÓN + SPINNING LIBRE DE 9:00 -13:00 H
9:30h- 10:15h	SPINNING	SPINNING	SPINNING	SPINNING	SPINNING	
9:30h- 10:15h		RITMO		LATINO		
10:15h-11:00h	BODY-SYSTEM		E.FUNCIONAL	CORE/E.SANA	ABDOMEN	
10:30h-11:00h		GAP				
12:00h- 12:40h		AQUAGYM		AQUAGYM		
15:00h- 16:00h		GAP		HIT	C. QUEMA GRASA	
16:00h-17:00h	C. FITNESS		T. TREN SUPERIOR			
18:00h-18:30h					HIT	
18:00h-18:45h	SPINNING		SPINNING			
18:00h-19:00h		BODY-SPINNING		BODY-SPINNING		
18:30h-19:00h		E. F QUEMA GRASA		E. F. QUEMA GRASA	ABDOMEN	
19:00h-19:45h	SPINNING	SPINNING	SPINNING	SPINNING	SPINNING	
19:00h-20:00h	BODY-SYSTEM	PILATES		BODY-SYSTEM		
19:00h-19:40h		AQUAGYM		AQUAGYM		
20:00h-20:45h	SPINNING	SPINNING	SPINNING	SPINNING		
20:00h-21:00h	PILATES	LATINO	PILATES	MASTER CLASS BAILE	BAILES DE SALÓN	
21:00h-21:40h	AQUAGYM		AQUAGYM			
21:00h-22:00h	SPINNING					
21:00h-22:00h			BODY-SYSTEM			
21:15h-22:00h		SPINNING	SPINNING	SPINNING		

NOVEDADES

PROGRAMACIÓN ESPECIAL MARTES 14 DE FEBRERO " SAN VALENTÍN":

- * RITMOS POR PAREJAS A LAS 9:30 HORAS
- * SPINNING POR PAREJAS A LAS 20 HORAS
- * PILATES FITBALL POR PAREJAS A LAS 19 HORAS
- * LATINO POR PAREJAS A LAS 20 HORAS

MASTER CLASS DE BAILE TODOS LOS JUEVES DE 20 A 21 HORAS

