

ACTIVIDADES PARA ABONADOS

10 DE SEPTIEMBRE A 28 DE DICIEMBRE



HORA	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	HORA
8:00		PILATES 08:30 a 09:30 Irene Sala 1		AQUAYOGA 08:30 a 09:15 Irene Piscina		8:00
9:00	AQUASENIOR 09:00 a 09:45 Pepa Piscina	PILATES 09:30 a 10:30 Irene Sala 1	AQUASENIOR 09:00 a 09:45 Pepa Piscina	PILATES 09:30 a 10:30 Irene Sala 1	AQUASENIOR 09:00 a 09:45 Pepa Piscina	9:00
	FUNCIONAL 09:30 A 10:15 Ana B. Sala 3		CICLO 09:30 a 10:15 Ana B. Sala Ciclo		SUSPENSIÓN 09:30 A 10:15 Ana B. Sala 3	
	AQUASENIOR 09:45 a 10:30 Pepa Piscina		AQUASENIOR 09:45 a 10:30 Pepa Piscina		AQUASENIOR 09:45 a 10:30 Pepa Piscina	
10:00	AQUASENIOR 10:30 a 11:15 Pepa Piscina	YOGA 10:30 a 11:30 Irene Sala 3	AQUASENIOR 09:45 a 10:30 Pepa Piscina	YOGA 10:30 a 11:30 Irene Sala 1	MULTIFIT 10:30 a 11:15 Sala 1	10:00
		GYM SENIOR 10:30 a 11:30 Pepa Sala 1		GYM SENIOR 10:30 a 11:30 Pepa Sala 3		
	GAP 10:30 a 11:15 Ana B. Sala 1	CICLO 10:30 a 11:15 Sala Ciclo	JUST PUMP 10:30 a 11:15 Sala 1	CICLO 10:30 a 11:15 Sala Ciclo		
		AQUAGYM 10:45 a 11:30 Marta Piscina		AQUAGYM 10:45 a 11:30 Marta Piscina		
16:00	15*15*15 16:30 a 17:15 Marta Sala 1	AQUAGYM 16:30 a 17:15 Julián Piscina	15*15*15 16:30 a 17:15 Marta Sala 1	AQUAGYM 16:30 a 17:15 Julián Piscina		16:00
17:00	YOGA 17:30 a 18:30 Irene Sala 1		YOGA 17:30 a 18:30 Irene Sala 1			17:00
18:00	PILATES 18:30 a 19:30 Irene Sala 1	WORK UP 18:30 a 19:15 Ana B. Sala 1	PILATES 18:30 a 19:30 Irene Sala 1	SUSPENSIÓN 18:30 a 19:15 Ana B. Sala 1	GAP 18:30 a 19:15 Alex Sala 1	18:00
	SUSPENSIÓN 18:30 a 19:15 Alex Sala 3	CICLO 18:30 a 19:15 Nico Sala Ciclo	FUNCIONAL 18:30 a 19:15 Alex Sala 3	CICLO 18:30 a 19:15 Nico Sala Ciclo		
19:00	PILATES 19:30 a 20:30 Irene Sala 1	JUST PUMP 19:30 a 20:15 Alex Sala 1	PILATES 19:30 a 20:30 Irene Sala 1	HIIT 19:30 a 20:15 Alex Sala 3	MULTIFIT 19:30 a 20:15 Nico Sala 1	19:00
	FUNCIONAL 19:30 a 20:15 Nico Sala 3		CICLO 19:30 a 20:15 Nico Sala Ciclo			
	A. NADO/AQDANCE 19:30 a 20:15 Marta Piscina	AQUAGYM 19:30 a 20:15 Josemi Piscina	A. NADO/AQDANCE 19:30 a 20:15 Marta Piscina	AQUAGYM 19:30 a 20:15 Josemi Piscina		
20:00	ABONO NADO 20:15 a 21:00 Julián Piscina	GAP 20:30 a 21:15 Nico Sala 1	ABONO NADO 20:15 a 21:00 Julián Piscina	JUST PUMP 20:30 a 21:15 Nico Sala 1		20:00
	HIIT 20:15 a 21:00 Alex Sala 3		BODYEXTREME 20:30 a 21:15 Alex Sala 1			
	CICLO 20:30 a 21:15 Nico Sala Ciclo		SUSP+CICLO 20:30 a 21:15 Nico Sala 3			

Tipo Actividad:

CUERPO-MENTE

CARDIOVASCULAR

TOTALFIT

TONIFICACIÓN

ACUÁTICA

*La empresa se reserva el derecho a modificar/cancelar cualquiera de las actividades.

Síguenos: @cdvillena



www.cdvillena.com

965 347 497 - 699 965 633