

CUADRANTE DE CLASES DEPORTIVAS - FITNESS 2023-2024

a partir del 15 Septiembre



		9:00	9:15	9:30	9:45	10:00	10:15	10:30	10:45	11:00	11:15	11:30	11:45	12:00	12:15	12:30	12:45		16:00	16:45	17:00	17:15	17:30	17:45	18:00	18:15	18:30	18:45	19:00	19:15	19:30	19:45	20:00	20:15	20:30	20:45	21:00	21:15	21:30	
LUNES	SALA 1		BPUMP				AEROSAMBA																						BPUMP				GAP EXP.							
	SALA3						YOGA				HIPOPRESIVOS																		HIPOPRESIVOS				PILATES				Entr.Funcional			
	SALA CICLO		CICLO												C.VIRTUAL						C.VIRTUAL				C.VIRTUAL				QUEMA CAL.				CICLO							
	EXT/ PISTA																																							
MARTES	SALA 1		AEROSAMBA				BPUMP																						AEROSAMBA				BPUMP							
	SALA3						PILATES																						ENTTO FUNC.				YOGA							
	SALA CICLO		CICLO				C.VIRTUAL								C.VIRTUAL					C.VIRTUAL				C.VIRTUAL				CICLO				CICLO								
	EXT/ PISTA																																							
MIÉRCOLES	SALA 1						BPUMP																						BPUMP				STEP							
	SALA3		FITBALL				AEROSAMBA				YOGA																		FITBALL				PILATES				TRX			
	SALA CICLO		CICLO												C.VIRTUAL											C.VIRTUAL				C.VIRTUAL				QUEMA CAL.						
	EXT/ PISTA						RUNNING																																	
JUEVES	SALA 1		STEP				BPUMP				STRECHING EX																	BPUMP				AEROSAMBA								
	SALA3						TRX																					ENTTO FUNC.				YOGA								
	SALA CICLO		CICLO									C.VIRTUAL								C.VIRTUAL				CICLO				C.VIRTUAL				CICLO								
	EXT/ PISTA																																							
VIERNES	SALA 1		AEROSAMBA				BPUMP																		HIPOPRESIVOS				BPUMP				ENTTO FUNC.							
	SALA3		PILATES PARED									HIPOPRESIVOS carlos																												
	SALA CICLO		C.VIRTUAL												C.VIRTUAL														CICLO				C.VIRTUAL							
	EXT/ PISTA						CICLO																						RUNNING											
SÁBADO	SALA 1																																							
	SALA3																																							
	SALA CICLO			C.VIRTUAL				C.VIRTUAL																																
	EXT/ PISTA																																							
DOMINGO	SALA 1																																							
	SALA3																																							
	SALA CICLO			C.VIRTUAL				C.VIRTUAL																																
	EXT/ PISTA																																							

Para asistir a las clases dirigidas deberán reservar plaza por via on line 2 horas antes del comienzo de la clase (tramites online Ayuntamiento Illescas)

15/09/2023

Horario sujeto a posibles modificaciones .

act12sep-14:14h

El horario sufrirá modificaciones y reducciones en temporada vacacional, Semana Santa,Navidad y verano.