

NUEVO PROGRAMA DE ACTIVIDADES DIRIGIDAS

CENTRO MUNICIPAL DE HIDROTERAPIA DEL CRUCE DE ARINAGA						
HORARIOS	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO
08:00-08:45	STRECH-YOGA		STRECH-YOGA			
08:30-08:50	FUNCIONAL EXPRESS	FUNCIONAL EXPRESS	FUNCIONAL EXPRESS	FUNCIONAL EXPRESS	FUNCIONAL EXPRESS	
09:00-09:45	AEROMANTENIMIENTO	DANCE FIT	AEROMANTENIMIENTO	DANCE FIT	AEROMANTENIMIENTO	
10:15-11:00		CICLO INDOOR	TONY-FITBALL	CICLO INDOOR	GAP	ACTÍVATE EN FAMILIA 1º Y 3º SÁBADO
10:45-11:30		AQUASALUD		AQUASALUD		
11:00-11:45						CICLO INDOOR
11:30-12:15	AQUAFITNESS		AQUAFITNESS		AQUAFITNESS	
12:15-13:00	AQUAFITNESS		AQUAFITNESS		AQUAFITNESS	
17:15-18:00	ZUMBA		ZUMBA			
17:30-18:15		INTEGRAL TRAINING		INTEGRAL TRAINING		
18:15-19:00	PILATES	PILATES	PILATES	PILATES	PILATES	
18:15-19:00	CICLO INDOOR	CICLO INDOOR	CICLO INDOOR	CICLO INDOOR	CICLO INDOOR	
19:00-19:45	TOTAL STEP	BODY TONIC	TOTAL STEP	BODY TONIC	TOTAL STEP	
19:15-20:00	PILATES	ZUMBA	PILATES	ZUMBA	PILATES	
19:30-20:15	CICLO INDOOR	CICLO INDOOR	CICLO INDOOR	CICLO INDOOR	CICLO INDOOR	
20:15-21:00	STRECH-YOGA	STRECH-YOGA	STRECH-YOGA	STRECH-YOGA	GAP	
20:30-21:15	CICLO INDOOR		CICLO INDOOR		CICLO INDOOR	
20:30-21:15	AEROMANTENIMIENTO		AEROMANTENIMIENTO			

PISCINA MUNICIPAL DE AGÜIMES					
HORARIOS	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
09:15-10:00	PILATES	DANCE FIT	PILATES	DANCE FIT	PILATES
10:15-11:00	PILATES		PILATES		
18:00-18:45	PILATES		PILATES		PILATES
19:00-19:45	AEROMANTENIMIENTO	INTEGRAL TRAINING	AEROMANTENIMIENTO	INTEGRAL TRAINING	AEROMANTENIMIENTO
20:00-20:45	DANCE FIT	AQUAFITNESS	DANCE FIT	AQUAFITNESS	DANCE FIT
20:45-21:30		PILATES		PILATES	

PABELLÓN MUNICIPAL DE PLAYA DE ARINAGA					
HORARIOS	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
09:30-10:15		STRECH-YOGA		STRECH-YOGA	
11:00-11:45		INTEGRAL TRAINING			INTEGRAL TRAINING
19:45-20:45	INTEGRAL TRAINING (19:45 - 20:30 H.)		INTEGRAL TRAINING		INTEGRAL TRAINING
20:00-20:45		ZUMBA		ZUMBA	
20:30-21:15	ZUMBA				

COLEGIO 20 DE ENERO					
HORARIOS	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
19:00-19:45		PILATES		PILATES	
20:00-20:45		PILATES		PILATES	
20:30-21:15	PILATES		PILATES		