

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Fin de Semana	
7:15 Funcional 45' Oscar Alfaro PF	Circuito 15' Técnico Sala SF	7:15 Pilates 45' Soraya Dominguez CM	7:15 Ciclo Indoor 45' Jacobó Perez CI	7:15 Circuito 15' Técnico Sala SF	31 de Julio al 15 Agosto	
9:15 Ciclo Indoor 40' Soraya Dominguez CI AquaFitness 40' Jacobó Perez AA	9:15 Pilates 40' Sara Merino CM	9:15 AquaFitness 40' Sergio Sanchez AA	9:15 Body Pump 40' Juanma Salpico PF	9:15 Funcional 40' Oscar Alfaro PF		
10:00 BodyPump 50' Paloma Ramos PF	10:00 Ciclo Indoor 50' Oscar Alfaro CI	10:00 GAP 50' Paloma Ramos PF	10:00 Zumba 50' Juanma Salpico PF	10:00 Pilates 50' Patricia Meneses CM Ciclo Indoor 50' Miguel A. / Soraya CI		
11:00 Core 25' Soraya Dominguez PF Pilates Mat. 50' Alberto Siguero CM	11:00 Abdominales 15' Técnico Sala SF	11:00 Ciclo Indoor 50' Paloma Ramos CI Pilates Mat. 50' Patricia Meneses CM	11:00 Abdominales 15' Técnico Sala SF	11:00 Estiramientos 30' Patricia Meneses CM		Sábado
14:30 Circuito 15' Técnico Sala SF	15:00 Pilates 50' Juanma Salpico CM	14:30 Ciclo Indoor 45' Juanma Salpico CI	15:15 Ciclo Indoor 50' Miguel A. Espinosa CI	14:30 AquaFitness 40' Sergio Sanchez AA		10:00 Body Pump 50' Marta Gonzalez PF
15:00 Ciclo Indoor 50' Javier de la Flor CI	18:30 Pilates Mat. 50' Patricia Meneses CM	15:30 Zumba 50' Juanma Salpico PF	18:30 WorkFit 25' Paloma Ramos PF	15:30 Abdominales 15' Técnico Sala SF		10:30 Pilates 50' Patricia Meneses CM
18:00 Pilates 50' Juanma Salpico CM	19:00 Core (ABD) 20' Paloma Ramos PF	18:00 Pilates 50' Juanma Salpico CM	19:00 Core (ABD) 20' Paloma Ramos PF	18:00 Pilates 50' Patricia Meneses CM		11:00 Abdominales 15' Técnico Sala SF Ciclo Indoor 50' Marta Gonzalez CI
18:30 Ciclo Indoor 50' Jacobó Perez CI	19:30 Ciclo Indoor 50' Marta Gonzalez CI Pilates 50' Patricia Meneses CM	19:00 Ciclo Indoor 50' Alberto Siguero CI Body Pump 50' Juanma Salpico PF Zumba 50' Marta Gonzalez CM	19:30 CardioBox 50' Oscar Alfaro PF Pilates 50' Juanma Salpico CM	19:00 Ciclo Indoor 50' Miguel A. / Soraya CI Body Pump 50' Ndi Owona PF Club Natacion 50' Alba Hernandez AA		12:00 Abdominales 15' Técnico Sala SF
19:00 WorkFit 25' Ndi Owona PF Zumba 50' Juanma Salpico CM	20:30 Ciclo Indoor 40' Soraya Dominguez CI Abdominales 15' Técnico Sala SF	20:00 Abdominales 15' Técnico Sala SF Body Balance 50' Marta Gonzalez CM AquaGap 45' Jorge Jimenez AA	20:30 Ciclo Indoor 50' Alberto Siguero CI Zumba 50' Juanma Salpico PF	20:00 Abdominales 15' Técnico Sala SF Zumba 50' Virginia Sepulveda PF		10:00 Body Pump 50' Alberto Siguero PF
19:30 Core (ABD) 20' Paloma Ramos PF	21:30 Body Pump 50' Alberto Siguero PF	21:00 Ciclo Indoor 50' Alberto Siguero CI	21:30 Abdominales 15' Técnico Sala SF	21:00 Abdominales 15' Técnico Sala SF		11:00 Abdominales 15' Técnico Sala SF Ciclo Indoor 50' Alberto Siguero CI
20:00 Ciclo Indoor 50' Javier de la Flor CI Body Pump 50' Ndi Owona PF AquaFitness 45' Jorge Jimenez AA					12:00 Abdominales 15' Técnico Sala SF Zumba 50' Juan PF	
21:00 Abdominales 15' Técnico Sala SF						

- N Novedad
- SF Sala Fitness
- CI Ciclo Indoor
- M Muévete
- PF Ponte en Forma
- CM Cuerpo Mente
- AA Acuática
- AE Actividad exterior



Horario Spacio Deportivo: de Lunes a Viernes 7:00 a 23:00 Horas | Sábados de 9:00 a 19:00 h. Domingos de 09:00 a 15:00 h.
Horario Piscina: L,X,J, y V de 7:00 a 10:00 de 13:20 a 15:25 y de 18:45 a 22:30 h. M de 7:00 a 9:30 de 13:20 a 15:25 y de 18:45 a 22:30 h.