

BONODeporte + SEMANA SANTA 2019

POLIDEPORTIVO DEHESA DE NAVALCARBÓN

HORARIO	LUNES 15						MARTES 16				MIÉRCOLES 17					SÁBADO 20		LUNES 22							
	SALA FITNESS	PISCINA	SALA 1	SALA 2	SALA 3	SALA CICLO	SALA 1	SALA 2	SALA 3	SALA CICLO	SALA FITNESS	SALA 1	SALA 2	SALA 3	SALA CICLO	SALA 1	SALA CICLO	SALA FITNESS	PISCINA	SALA 1	SALA 2	SALA 3	SALA CICLO		
	MAÑANA						MAÑANA				MAÑANA					MAÑANA		MAÑANA							
8:00						CICLO 08:15 Vicky									CICLO 8:15 Andrés									CICLO 08:15 Vicky	
9:00			PILATES 9:15 Leandro	CROSFIT 9:00 Vicky			BODY TONIC 9:15 Leandro				AEROFITBALL 9:15 Leandro	GAP+CORE 9:15 Andrés								PILATES 9:15 Leandro	CROSFIT 9:00 Vicky				
10:00			AERÓBIC 10:00 Leandro			CICLO 10:00 Vicky	AERÓBIC 10:00 Leandro			CICLO 10:00 Andrés				RITMOS LATINOS 10:00 Leandro		HIPOPRESIVOS 10:00 Patricia	CICLO 10:00 Vicky						AERÓBIC 10:00 Leandro		CICLO 10:00 Javi
11:00			BODY PAMP 10:45 Leandro				FUN FITNESS 10:45 Leandro		PILATES 10:45 Andrés				ESPALDA SANA 10:45 Leandro	CROSFIT 10:45 Vicky						BODY TONIC 11:15 Cris			BODY PAMP 10:45 Javi		HIPOPRESIVOS 10:45 Patricia
12:00																									
13:00																				ZUMBA SPORT 12:15 Cris					
14:00																									
15:00					PILATES 14:30 Cristina		ZUMBA SPORT 14:45 Cristina								PILATES ACCESORIO 14:30 Vicky										PILATES 14:30 Javi
16:00						CICLO 15:15 Cristina	BODY TONIC 15:30 Cristina									CICLO 15:15 Vicky				CARDIO					CICLO 15:15 Cristina
17:00																									
18:00	ABDOMINALES		STYLE 17:30 Cristina				AERÓBIC 17:30 Bea																		
			BODY PAMP 18:15 Cristina				GAP 18:15 Bea																		
19:00			ZUMBA SPORT 19:00 Cristina		HIPOPRESIVOS 19:00 Patricia		INTERVAL-STEP 18:45 Bea		YOGILATES 18:30 Sara																
			BODY TONIC 19:45 Cristina		BODY BALANCE 19:45 Miguel		CROSFIT 19:30 Felipe		PILATES 19:30 Sara																
20:00						CICLO 19:45 Vicky	CARDIO COMBAT 20:15 Felipe		PILATES INICIACIÓN 20:15 Sara																
21:00						CICLO 20:45 Miguel																			CICLO 20:45 Miguel