



BONODeporte + (del 1 al 6 de Enero DE 2018)

POLIDEPORTIVO DEHESA DE NAVALCARBÓN

LUNES 1		MARTES 2			MIÉRCOLES 3			JUEVES 4			VIERNES 5			SÁBADO 6	
		SALA 1	SALA 2	SALA CICLO	SALA 1	SALA 2	SALA CICLO	SALA 1	SALA 2	SALA CICLO	SALA 1	SALA 2	SALA CICLO		
HORARIO	<div style="text-align: center;">  <p>AÑO</p> <p>2018</p> <p>NU</p> <p>EU</p> <p>VO</p> </div>													<div style="text-align: center;">  <p>REYES</p> </div>	
8:00															
9:00		BODY TONIC 9:15 Leandro				AEROFITBALL 9:15 Leandro			PILATES 9:15 Leandro	CROSFIT 9:00 Antonio		PILATES 9:15 Antonio			CICLO 9:15 Vicky
10:00		AERÓBIC 10:00 Leandro		CICLO 10:00 Vicky		RITMOS LATINOS 10:00 Leandro	HIPOPRESIVOS 10:00 Patricia	CICLO 10:00 Antonio	FUN FITNESS 10:00 Leandro		CICLO 10:00 Antonio	ZUMBA SPORT 10:00 Vicky	SUSPENSIÓN 10:00 Antonio CORE EXPRESS 10:30		
11:00		BODY BALANCE 10:45 Leandro	SUSPENSION FUSSION 10:45 Vicky			ESPALDA SANA 10:45 Leandro	CROSFIT 10:45 Antonio		STEP 10:45 Leandro			BODY TONIC 10:45 Vicky			
12:00		STYLE 11:30 Vicky								STRETCHING 11:30 Leandro					
13:00															
HORARIO															
14:00															
15:00		ZUMBA SPORT 14:45 Vicky				PILATES 14:30 Antonio				CROSFIT 14:30 Vicky					CICLO 14:30 Vicky
16:00		BODY TONIC 15:30 Vicky									CICLO 15:30 Vicky	ZUMBA SPORT 15:15 Vicky			
17:00															
18:00		AERÓBIC 17:45 Bea				BODY TONIC 17:45 Vicky			STEP 17:45 Bea			STEP 17:45 Vicky			
19:00		STEP 18:30 Bea	PILATES ACCESORIO 18:30 Sara			AERÓBIC ESTILOS 18:30 Vicky	BODY BALANCE 18:30 Miguel		ZUMBA SPORT 18:30 Bea	PILATES 18:30 Sara		ZUMBA 18:45 Vicky			
20:00		BODY PAMP 19:30 Felipe	PILATES 19:30 Sara	CICLO 19:30 Vicky		BODY PAMP+ GAP 19:30 Vicky	HIPOPRESIVOS 19:15 Patricia	CICLO 19:30 Miguel	HIIT 19:30 Felipe CORE STRETCH 20:00	PILATES ACCESORIO 19:30 Sara	CICLO 19:30	FITNESS FIRE 19:30 Felipe			
21:00		CARDIO COMBAT 20:15 Felipe		CICLO 20:30 Vicky				CICLO 20:15 Vicky	FITNESS FIRE 20:15 Felipe		CICLO 20:30		FITNESS KICK 20:15 Felipe		