

CLASES DIRIGIDAS PISCINA CUBIERTA ONDA 2025 - 2026

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
07:00 - 08:00 FULL BODY	07:00 - 08:00 GAP	07:00 - 08:00 PILATES	07:00 - 08:00 GAP	07:00 - 07:30 CICLO - CORE
09:30 - 10:30 FUNCIONAL		09:30 - 10:30 FUNCIONAL	09:30 - 10:30 BODY FITNESS	09:30 - 10:30 CICLO INDOOR
11:00 - 12:00 ESTIRAMIENTOS	11:00 - 12:00 PILATES	11:00 - 12:00 ESTIRAMIENTOS	11:00 - 12:00 PILATES	 TELÉFONO: 674 665 296
	13:15 - 14:00 HIIT		13:15 - 14:00 HIIT	
	15:15 - 16:15 BODY-FITNESS	15:30 - 16:30 PILATES	15:15 - 16:15 CICLO INDOOR	
18:30 - 19:30 BODY FITNESS	18:30 - 19:30 CROSSTRaining	18:30 - 19:30 CICLO INDOOR	18:30 - 19:30 CROSSTRaining	18:30 - 19:30 YOGA
20:00 - 21:00 TR - HIIT	19:45 - 20:45 CROSSTRaining	20:00 - 21:00 TR - HIIT	19:45 - 20:45 CROSSTRaining	