

Sala de dirigidas

LUNES	MARTES	MIÉRC.	JUEVES	VIERNES
09:15 - 10:00 Estiramientos y movilidad (Máx 15)	09:30 - 10:30 Fit&Balance (Máx 15)	09:30 - 10:30 Jumping (Máx 18)	09:15 - 10:15 Zumba (Máx 15)	09:30 - 10:30 Power Jump (Máx 12)
10:00 - 10:30 Abdominales (Máx 15)				
10:45 - 11:45 Jumping (Máx 18)	15:15 - 16:00 Estiramientos y movilidad (Máx 15)	17:30 - 18:30 Jumping (Máx 18)	15:15 - 16:15 Jumping (Máx 18)	15:15 - 16:00 Hiit (Máx 9)
	18:30 - 19:30 Power Jump (Máx 12)			19:00 - 20:00 Jumping (Máx 18)
17:30 - 18:30 Jumping (Máx 18)		19:00 - 20:00 Fit&Balance (Máx 15)	18:00 - 19:00 Fit&Balance (Máx 15)	
	19:30 - 20:30 Zumba (Máx 15)			
18:45 - 19:45 Jumping (Máx 18)		20:10 - 21:15 Yoga (Máx 8)		
20:10 - 21:10 Zumba (Máx 15)				