



HORARIO	LUGAR / AFORO	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
07:15 - 08:00	SALA CICLO-INDOOR 17 USUARIOS		CICLO-INDOOR		CICLO-INDOOR	
	SALA MULTIUSOS 20 USUARIOS	TONIFICACIÓN		GAP		BODY-TRAINING
	PISCINA CUBIERTA 25 USUARIOS	AQUAGYM	AQUAGYM	AQUAGYM	AQUAGYM	AQUAGYM
08:15 - 09:00	PISCINA CUBIERTA 25 USUARIOS	AQUAGYM	AQUAGYM	AQUAGYM	AQUAGYM	AQUAGYM
	SALA MULTIUSOS 20 USUARIOS	HIIT	BODY-TRAINING	TONIFICACIÓN	GAP	HIIT
09:15 - 10:00	PISCINA CUBIERTA 25 USUARIOS	AQUAGYM	AQUAGYM	AQUAGYM	AQUAGYM	AQUAGYM
	SALA CICLO-INDOOR 17 USUARIOS	CICLO-INDOOR	CICLO-INDOOR	CICLO-INDOOR	CICLO-INDOOR	CICLO-INDOOR
	SALA MULTIUSOS 20 USUARIOS	GAP	TONIFICACIÓN	GAP	TONIFICACIÓN	BODY-TRAINING
10:15 - 11:15	SALA MULTIUSOS 20 USUARIOS	PILATES	HATHA-YOGA (10:15 A 11:45)	PILATES	HATHA-YOGA (10:15 A 11:45)	PILATES
15:30 - 17:00	SALA MULTIUSOS 20 USUARIOS	HATHA-YOGA		HATHA-YOGA		
15:45 - 16:45	SALA MULTIUSOS 20 USUARIOS		PILATES		PILATES	
17:30 - 18:15	SALA MULTIUSOS 20 USUARIOS	TONI-PUMP	CORE	HIIT	TRX	
18:30 - 19:15	SALA CICLO-INDOOR 17 USUARIOS	CICLO-INDOOR		CICLO-INDOOR		
	SALA MULTIUSOS 20 USUARIOS	GAP	HIIT	TONI-PUMP	BODY-TRAINING	
19:30 - 20:15	SALA CICLO-INDOOR 17 USUARIOS		CICLO-INDOOR		CICLO-INDOOR	
	SALA MULTIUSOS 20 USUARIOS	BODY-TRAINING	TONIFICACIÓN	GAP	TONIFICACIÓN	
20:00 - 20:45	PISCINA VERANO 50 USUARIOS	AQUAGYM DE VERANO	AQUAGYM DE VERANO	AQUAGYM DE VERANO	AQUAGYM DE VERANO	AQUAGYM DE VERANO

La Concejalía de Deportes se reserva el derecho de modificar este horario de actividades fitness en función de la demanda

*** Actividades dirigidas mes julio hasta miércoles 29. Aquagym 20:00 (Piscina Verano) hasta viernes 31.**

Reserva tus clases dirigidas en: aspe.deportsite.net