

## RESUMEN DE CURSOS QUE SE REALIZAN EN NUESTRAS SALAS CURSO 2021-22

### SALA 1

	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes		
14:00						14:00	
14:15						14:15	
14:30	BODYPUMP * (14:15-15:15)		BODYPUMP * (14:15-15:15)			14:30	
14:45						14:45	
15:00						15:00	
15:15						15:15	
<hr/>							
17:30						17:30	
17:45				DEFENSA PERSONAL FEMENINA (17:45-19:45)		17:45	
18:00						18:00	
18:15						18:15	
18:30						18:30	
18:45						18:45	
19:00						19:00	
19:15	TRX * (19:15-20:15)		TRX * (19:15-20:15)			19:15	
19:30						19:30	
19:45						19:45	
20:00						20:00	
20:15				DEFENSA PERSONAL (20:00-21:30)		20:15	
20:30	ZUMBA * (20:30-21:30)		ZUMBA * (20:30-21:30)			20:30	
20:45							20:45
21:00							21:00
21:15						21:15	
21:30						21:30	

### SALA 2

	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	
15:00						15:00
15:15		PILATES * (15:00-16:00)		PILATES * (15:00-16:00)		15:15
15:30						15:30
15:45						15:45
<hr/>						
18:00						18:00
18:15		TAI CHI / Qi Gong (18:15-19:15)		TAI CHI / Qi Gong (18:15-19:15)		18:15
18:30						18:30
18:45						18:45
19:00						19:00
19:15						19:15
19:30	YOGA (19:30-20:45)		YOGA (19:30-20:45)			19:30
19:45						19:45
20:00						20:00
20:15						20:15
20:30		PILATES * (20:30-21:30)		PILATES * (20:30-21:30)		20:30
20:45						20:45
21:00						21:00
21:15						21:15
21:30						21:30

\*Posibilidad de ser impartida en la pista polideportiva según situación sanitaria