

HORARIO DE ACTIVIDADES DIRIGIDAS DE JUNIO 2022

Hora	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	Hora
7:30	AQUAGYM			AQUAGYM			7:30
8:00	SPINNING		SPINNING	CROSS FITNESS	SPINNING		8:00
8:15	AQUAGYM	AQUAGYM	AQUAGYM	AQUAGYM	AQUAGYM		8:15
8:30	PILATES BARRA		PILATES BARRA		PILATES		8:30
9:00	AQUAGYM	AQUAGYM	AQUAGYM	AQUAGYM	AQUAGYM		9:00
9:15	ZUMBA		STEP	GAP	BODY POWER		9:15
9:30	YOGA		YOGA		PILATES		9:30
9:45	AQUAGYM	AQUAGYM	AQUAGYM	AQUAGYM	AQUAGYM		9:45
10:00		PILATES		PILATES			10:00
10:15	BODY POWER	GAP	ZUMBA	CIRCUIT TRAINING			10:15
10:30	AQUAGYM	AQUAGYM	AQUAGYM	AQUAGYM	AQUAGYM		10:30
10:45			PELVICUM (30')				10:45
11:15	AQUAGYM	AQUAGYM	AQUAGYM	AQUAGYM	AQUAGYM		11:15
11:30	PILATES	PILATES	PILATES	PILATES	PILATES		11:30
12:30							12:30
14:00			CIRCUIT TRAINING				14:00
14:30		CORE (30')		CORE (30')			14:30
15:00		AQUAGYM		AQUAGYM			15:00
15:30	SPINNING	PILATES	PILATES BARRA	PILATES			15:30
16:30			PELVICUM (30')				16:30
17:30	CORE + HIIT	BODY POWER	DANCE WITH ME!		BODYFIT		17:30
17:45	PELVICUM (30')	FASCIAS (30')	PELVICUM (30')	FASCIAS (30')			17:45
18:30	PILATES	YOGA	PILATES	YOGA	PILATES		18:30
19:00					SPINNING		19:00
19:15	AQUAGYM		AQUAGYM				19:15
19:30	YOGA	PILATES	YOGA	PILATES			
20:00		SPINNING		SPINNING			
20:15	SPINNING		SPINNING				
20:30	PILATES	PILATES	PILATES	PILATES			
			CROSS FITNESS				



@PiscinaAlboraya

PARA ACCEDER A CUALQUIER ACTIVIDAD DIRIGIDA ES IMPRESCINDIBLE RESERVAR LA PLAZA DESDE UN DÍA ANTES DEL COMIENZO DE LA ACTIVIDAD A TRAVÉS DE NUESTRA APP (TRAININGYM), PÁGINA WEB O TELEFÓNICAMENTE.

LAS CLASES DIRIGIDAS TIENEN UNA DURACIÓN DE 45 MINUTOS, A EXCEPCIÓN DE QUE SE INDIQUE LO CONTRARIO.

LOS HORARIOS Y ENTRENADORES PODRÁN SER MODIFICADOS POR RAZONES ORGANIZATIVAS.

SALA 1	SALA CICLO	SALA 3
PISCINA		LA QUART4

www.piscinamunicipalalboraya.com
info@piscinamunicipalalboraya.com
 Tlf.96 186 42 54