

ESCUELAS DEPORTIVAS ADULTOS
2025/2026
PLAZAS LIBRES

CARDIOBOX
(15 A 64 AÑOS)

HORARIO	PLAZAS DISPONIBLES
M-J 19:50-20:35 h.	4

GAP-TOTAL BODY
(15 A 64 AÑOS)

HORARIO	PLAZAS LIBRES
M-J 19:00-19:45 h	6
M-J 20:50-21:35 h	6

GIMNASIA DE MANTENIMIENTO
(15 A 64 AÑOS)

HORARIO	PLAZAS LIBRES
L-X 09:45-10:30 h	27
L-X 19:00-19:45 h	11
M-J 18:00-18:45 h	17



GIMNASIA DE MAYORES (+ 65 AÑOS)

M-J 10:00-10:45 h	8
-------------------	---

PILATES (15 A 64 AÑOS)

HORARIO	PLAZAS LIBRES
L-X 10:45-11:30 h	5
L-X 11:45-12:30 h	6
L-X 18:00-18:45 h	1
L-X 18:50-19:35 h	5
L-X 19:40-20:25 h	2
L-X 20:30-21:15 h	8
M-J 10:45-11:30 h	3
M-J 11:45-12:30 h	5
M-J 20:00-20:45 h	5
M-J 20:50-21:35 h	6
V 18:45-19:30 h	3
V 19:40-20:25 h	5



PILATES DE MAYORES (+ 65 AÑOS)

L 10:45-11:30 h	6
X 10:45-11:30 h	6

(IMPORTANTE: En los turnos de Pilates de Mayores no se permite la inscripción en dos turnos, en el caso de realizar la inscripción en los dos días se procederá a la anulación de uno de ellos. Si quedan plazas, quien desee un segundo día, tiene que solicitarlo el 29 de septiembre en las oficinas del Polideportivo Municipal llamando al 916719911)

YOGA (15 A 64 AÑOS)

HORARIO	PLAZAS LIBRES
L-X 09:45-10:30 h	11
L-X 18:35-19:20 h	9
M-J 09:45-10:30 h	12



YOGA DE MAYORES (+ 65 AÑOS)

HORARIO	PLAZAS LIBRES
L 17:45-18:30 h	4
X 17:45-18:30 h	10

(IMPORTANTE: En los turnos de Yoga de Mayores no se permite la inscripción en dos turnos, en el caso de realizar la inscripción en los dos días se procederá a la anulación de uno de ellos. Si quedan plazas, quien desee un segundo día, tiene que solicitarlo el 29 de septiembre en las oficinas del Polideportivo Municipal llamando al 916719911)

RITMO FIT (15 A 64 AÑOS)

HORARIO	PLAZAS LIBRES
L-X 19:25-20:10 h	2
L-X 20:15-21:00 h	4
M-J 10:00-10:45 h	2
M-J 18:50-19:35 h	14
M-J 19:40-20:25 h	25

