

LISTADO HORARIOS E INSTALACIONES

ACTIVIDADES ADULTOS Y MAYORES 26/27

CARDIOBOX (15-64 AÑOS)

M – J	19,50 – 20,35	Sala Polivalente Polideportivo Justo Gómez
-------	---------------	--

GAP-TOTAL BODY (15-64 AÑOS)

M – J	19,00 – 19,45	Sala Polivalente Polideportivo Justo Gómez
M – J	20,50 – 21,35	Sala Polivalente Polideportivo Justo Gómez
M – J	10,00 – 10,45	Sala Polivalente Polideportivo Justo Gómez (Antiguo turno de Ritmo Fit)

GIMNASIA DE MANTENIMIENTO (15-64 AÑOS)

L – X	09,45 – 10,30	Pabellón Polideportivo Justo Gómez
L – X	19,00 – 19,45	Pabellón M-3
M – J	18,00 – 18,45	Pabellón M-3

GIMNASIA DE MAYORES (+65 AÑOS)

M – J	10,00 – 10,45	Pabellón Polideportivo Justo Gómez
-------	---------------	------------------------------------

PILATES (A PARTIR DE 15 AÑOS SIN LÍMITE DE EDAD MÁXIMA)

L – X	10,45 – 11,30	Sala Pabellón Parque Henares
	11,45 – 12,30	Sala Pabellón Parque Henares
	18,00 – 18,45	Sala Pabellón Parque Henares
	18,50 – 19,35	Sala Pabellón Parque Henares
	19,40 – 20,25	Sala Pabellón Parque Henares
	20,30 – 21,15	Sala Pabellón Parque Henares
M – J	10,45 – 11,30	Sala Pabellón Parque Henares
	11,45 – 12,30	Sala Pabellón Parque Henares
	20,00 – 20,45	Sala Pabellón Parque Henares
	20,50 – 21,35	Sala Pabellón Parque Henares
V	18,45 – 19,30	Sala Pabellón Parque Henares
	19,40 – 20,25	Sala Pabellón Parque Henares

PILATES MAYORES (+65 AÑOS)

L	10,45 – 11,30	Sala Polivalente Polideportivo Justo Gómez
X	10,45 – 11,30	Sala Polivalente Polideportivo Justo Gómez

RITMO-FIT (16-64 AÑOS)

L – X	19,25 – 20,10	Sala Polivalente Polideportivo Justo Gómez
L – X	20,15 – 21,00	Sala Polivalente Polideportivo Justo Gómez
M – J	18,50 – 19,35	Pabellón M-3
M – J	19,40 – 20,25	Pabellón M-3

YOGA (A PARTIR DE 15 AÑOS SIN LÍMITE DE EDAD MÁXIMA)

L – X	09,45 – 10,30	Sala Polivalente Polideportivo Justo Gómez (Cambio instalación)
L – X	18,35 – 19,20	Sala Polivalente Polideportivo Justo Gómez
M – J	09,45 – 10,30	Sala Pabellón Parque Henares

YOGA MAYORES (+65 AÑOS)

L	17,45 – 18,30	Sala Polivalente Polideportivo Justo Gómez
X	17,45 – 18,30	Sala Polivalente Polideportivo Justo Gómez