



BONO TEMPORADA INVIERNO 2016-2017



	LUNES			MARTES			MIÉRCOLES			JUEVES				VIERNES				SÁBADO	
	0	2	A.M.	0	2	OTRAS	0	1	2	0	1	A.M.	OTRAS	0	2	A.M.	OTRAS	0	A.M.
9:00											TRAINING FIT								
9:30	TRAINING FIT		TAICHI	PILATES						PILATES									
10:00				ZUMBA		SPINNING				ZUMBA				AINING DAN					YOGA
10:30										CIRCUIT									
11:00				CIRCUIT														TRAINING FIT	TAICHI
11:30				MAYORES 60			CORE T			MAYORES 60									
12:00		AGILITY							TONIFICACIÓN				SPINNING	CORE TRAINING HIPOPRESIVOS					
12:30									TRX			TAICHI							
12:45																			
13:00																			
13:15																			
13:30	HIPOPRESIVOS CORE TRAINING			GAP			TRAIN FIT			TRAINING FIT				PILATES					
14:00										INSANITY									
14:30				HIPOPRESIVOS CORE TRAINING			FIT BOX			TRX									
15:00	PILATES																		
15:30					TRX														
16:00																			
16:30																			
17:00			TAICHI				ZUMBA			CORE TRAINING HIPOPRESIVOS						TAICHI			
17:30				TRAINING FIT						ARMONY									
18:00	AEROBIC						AEROBIC							AEROBIC					
18:30																	SPINNING		
19:00		TRAINING DANCE		TOTAL				TRAINING DANCE		TOTAL				ZUMBA					
19:30				BODY FIT			HIPOPRESIVOS			BODY FIT									
20:00	TRAINING FIT						INSANITY							FIT BOX					
20:30		TONIFICACIÓN						TRAIN FIT						INSANITY					
21:00	TOTAL BODY FIT				AGILITY		TOTAL BODY FIT												
21:15																			
21:30							FIT BOX							TRAINING FIT					
22:00																			

SESIONES 1H

SESIONES 1/2H

SESIONES 3/4H

SESIONES PARA RELLENAR AFORO

TODO ESTO POR 30€ AL MES