

ACTIVIDADES DEPORTIVAS GRATUITAS PARA PERSONAS ADULTAS Y JÓVENES (14 A 17 AÑOS) - AGOSTO

HELDUENTZAKO ETA GAZTEENTZAKO (14-17 URTE) DOAKO KIROL-JARDUERAK - ABUZTUA

	LUNES			MARTES			MIÉRCOLES				JUEVES					VIERNES			
	SALA I	MULTIACT.	OTRAS	SALA I	MULTIACT.	OTRAS	SALA 0	SALA I	MULTIACT.	OTRAS	SALA 0	SALA I	MULTIACT.	OTRAS	OTRAS	SALA 0	SALA I	MULTIACT.	
10:00																			10:00
10:15	ZUMBA	TR FIT	SPINNING	TRAINING DANCE	GAP			ZUMBA	TBF			TRAINING DANCE	PILATES	SPINNING				TR FIT	10:15
10:30																SLIDE DISC TRAINNING			10:30
10:45																			10:45
11:00					CORE	AQUAGYM OLAS	BODY TONIC		T FIT			EN BARRA	HIPO			CORE	TBF		11:00
11:15	TBF																		11:15
11:30																			11:30
11:45				TRX															11:45
12:00									TRX										12:00
12:15																			12:15
12:30																			12:30
12:45																			12:45
13:00																			13:00
17:00																			17:00
17:15																			17:15
17:30											HIPO		CORE						17:30
17:45																			17:45
18:00					CORE		BODY TONIC		TR FIT	ZUMBA PVDO			TRX	SPINNING	AQUAGYM OLAS		TBF		18:00
18:15	ZUMBA	TR FIT	SPINNING	TRAINING DANCE															18:15
18:30																			18:30
18:45				TRX							GAP								18:45
19:00							SLIDE DISC TRAINNING												19:00
19:15	TBF			BALLET FIT				TBF				EN BARRA	TR FIT				ESTIRAMIENTOS		19:15
19:30																			19:30
19:45					PILATES SUSPENSIÓN						PILATES								19:45
20:00																			20:00
20:15																			20:15
20:30																			20:30

■ Nueva actividad ■ Acceso desde los 14 años ■ Actividad nueva con acceso desde los 14 años

Las actividades se realizarán evitando el contacto físico. Se han colocado marcas en el suelo para garantizar la distancia de seguridad de 2 metros. La asistencia será por orden de llegada hasta completar el aforo para todas las actividades.