

23-24 HELDUEN JARDUERA ANITZEKO BONUA



ASTELEHENA			ASTEARTEA			ASTEAZKENA			OSTEGUNA			OSTIRALA			LARUNBATA			
ORDUA	JARDUERA	MIN.	ORDUA	JARDUERA	MIN.	ORDUA	JARDUERA	MIN.	ORDUA	JARDUERA	MIN.	ORDUA	JARDUERA	MIN.	ORDUA	JARDUERA	MIN.	
09:00	PILATES Pia Barón	60'	09:00	BODY TONIC Dani Beorlegui	60'	09:00	PILATES Pia Barón	60'	09:00	CORE Dani Beorlegui	60'	09:00	BODY TONIC Dani Beorlegui	60'	09:30	ZUMBA Yordanis / M ^a José	60'	
09:00	TBF Koldo Gil	60'	09:00	TBF Enrike Sangüesa	60'	09:00	TBF Koldo Gil	60'	09:00	TBF Enrike Sangüesa	60'	09:00	TBF Enrike Sangüesa	60'				
09:00	SPINNING Héctor Alzugaray	60'	09:00	PILATES ESEKITA Isabel Vives	60'	09:00	SPINNING Héctor Alzugaray	60'	09:00	PILATES ESEKITA Isabel Vives	60'	09:00	PILATES Pia Barón	60'				
09:00	TRAINING DANCE Manuel Cancela	60'	10:00	ENTRENAMENDU FUNTZIONALA Isabel Vives	60'	09:00	TRAINING DANCE Manuel Cancela	60'	10:00	ENTRENAMENDU FUNTZIONALA Isabel Vives	60'	09:00	SPINNING Héctor Alzugaray	60'				
09:30	TAICHI Maite García	90'	10:00	TRAINING FIT Enrike Sangüesa	60'	10:00	ZUMBA Yordanis Rodríguez	60'	10:00	TRAINING FIT Enrike Sangüesa	60'	09:30	TAICHI Maite García	90'				
10:00	ZUMBA Yordanis Rodríguez	60'	10:00	TRAINING DANCE Manuel Cancela	60'	10:00	HIPOPIlates Koldo Gil	60'	10:00	TRAINING DANCE Manuel Cancela	60'	10:00	TRAINING DANCE Manuel Cancela	60'				
10:00	HIPOPIlates Koldo Gil	30'	11:00	GAP Isabel Vives	60'	11:00	LATINOAK Yordanis Rodríguez	60'	11:00	GAP Isabel Vives	60'	10:00	ZUMBA Yordanis Rodríguez	60'				
11:00	AEROBIC Pia Barón	60'	12:00	TABATA Isabel Vives	30'	11:00	AEROBIC Pia Barón	60'	17:30	AQUASPINNING Héctor Alzugarai	60'	10:00	TRAINING FIT Enrike Sangüesa	60'				
11:00	MANTENTZE-GIMNASIA Enrike Sangüesa	60'	17:30	AQUASPINNING Héctor Alzugarai	60'	12:00	LUZAKETAK Koldo Gil	30'	18:00	TRX Dani Beorlegui	30'	11:00	MANTENTZE-GIMNASIA Enrike Sangüesa	60'				
12:00	TRX Koldo Gil	60'	18:00	CORE Dani Beorlegui	60'	12:00	AQUAGYM Pia Barón	60'	18:00	SPINNING Juan Marín	60'	11:00	AQUAGYM Manuel Cancela	60'				
12:00	AQUAGYM Pia Barón	60'	18:00	SPINNING Asier Lucas	60'	17:00	ZUMBA Yordanis Rodríguez	60'	18:00	TRAINING DANCE Manuel Cancela	60'	17:00	TRX Dani Beorlegui	30'				
17:00	ZUMBA Yordanis Rodríguez	60'	18:00	TRAINING DANCE Manuel Cancela	60'	17:00	PILATES Lara Múgica	60'	18:30	AQUAGYM Pia Barón	60'	17:30	TRAINING FIT Dani Beorlegui	60'				
17:00	PILATES Lara Múgica	60'	18:30	AQUAGYM Pia Barón	60'	17:00	TRAINING DANCE Manuel Cancela	60'	18:30	TBF Dani Beorlegui	60'	18:30	TBF Dani Beorlegui	60'				
17:00	TRAINING DANCE Manuel Cancela	60'	19:00	SPORT DANCE - FITBALL Manuel Cancela	60'	18:00	PILATES Pia Barón	60'	19:00	BARRAN Manuel Cancela	60'	18:30	PILATES Pia Barón	60'				
18:00	PILATES Pia Barón	60'	19:00	TRX Dani Beorlegui	30'	18:00	GAP Lara Múgica	60'	19:00	SPINNING Juan Marín	60'	19:30	BODY TONIC Dani Beorlegui	60'				
18:00	GAP Lara Múgica	60'	19:00	SPINNING Asier Lucas	60'	18:00	SPINNING Alejandro Abad	60'	19:30	AQUAGYM Pia Barón	60'							
18:00	SPINNING Alejandro Abad	60'	19:30	AQUAGYM Pia Barón	60'	19:00	HIPOPRESIVOS + CORE Lara Múgica	60'										
19:00	HIPOPRESIVOS + CORE Lara Múgica	60'				19:00	SPINNING Alejandro Abad	60'										
19:00	SPINNING Alejandro Abad	60'				20:00	AQUADINAMIC Pia Barón	60'										
20:00	AQUADINAMIC Pia Barón	60'				20:00	PILATES ESEKITA Lara Múgica	60'										
20:00	PILATES ESEKITA Lara Múgica	60'				20:15	BODY TONIC Dani Beorlegui	60'										
20:15	BODY TONIC Dani Beorlegui	60'																

Legenda:

0 ARETOA

1 ARETOA

ARTE MARTZIALAK

JARDUERA-ANITZAK

GAF ARETOA

SPINNINGO

IGERILEKUA

Laguntza eta lankidetzatza:

 **Gobierno de Navarra**
Nafarroako Gobernua

 **Ayuntamiento de Pamplona**
Iruñeko Udala

EGUNERATUA
23-9-29

23-24 ADINGABEEN JARDUERA ANITZEKO BONUA



ASTELEHENA			ASTEARTEA			ASTEAZKENA			OSTEGUNA			OSTIRALA		
ORDUA	JARDUERA	MIN.	ORDUA	JARDUERA	MIN.	ORDUA	JARDUERA	MIN.	ORDUA	JARDUERA	MIN.	ORDUA	JARDUERA	MIN.
17:00	ZUMBA Yordanis Rodríguez	60´	18:00	CORE Dani Beorlegui	60´	17:00	ZUMBA Yordanis Rodríguez	60´	18:00	TRX Dani Beorlegui	30´	17:00	TRX Dani Beorlegui	30´
18:00	GAP Lara Múgica	60´	19:00	SPORT DANCE/FITBALL Manuel Cancela	60´	18:00	GAP Lara Múgica	60´	18:30	TBF Dani Beorlegui	60´	17:30	TRAINING FIT Dani Beorlegui	60´
18:00	GIMNASIO GIDATUA David De Sousa	60´	19:00	TRX Dani Beorlegui	30´	18:00	GIMNASIO GIDATUA David De Sousa	60´	19:00	SPINNING Juan Marín	60´	18:30	TBF Dani Beorlegui	60´
19:00	HIPOPRESIVOS + CORE Lara Múgica	60´	19:00	SPINNING Asier Lucas	60´	19:00	HIPOPRESIVOS + CORE Lara Múgica	30´	19:00	BARRAN Manuel Cancela	60´	19:30	BODY TONIC Dani Beorlegui	60´
19:00	SPINNING Alejandro Abad	60´				19:00	SPINNING Alejandro Abad	60´						
19:00	GIMNASIO GIDATUA David De Sousa	60´				19:00	GIMNASIO GIDATUA David De Sousa	60´						
20:00	PILATES ESEKITA Lara Múgica	60´				20:00	PILATES ESEKITA Lara Múgica	60´						
20:15	BODY TONIC Dani Beorlegui	60´				20:15	BODY TONIC Dani Beorlegui	60´						

Laguntza eta lankidetzatza:



Legenda:

0 ARETOA

1 ARETOA

GIMNASIOA

JARDUERA-ANITZAK

SPINNING