

POLIDEPORTIVO MUNICIPAL NAVARMADO

Abono Febrero Deporte 2018

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO
9:30	ACOND. FISICO (David)	CICLO INDOOR (Fernando)	CARDIO-TONIC (Saray)	CICLO INDOOR (Fernando)	CIRCUITO CARDIO (Fernando)	
	AERÓBIC-STEP (Cristina)	PILATES 2 (Magdalena)	BAILEACTIVO (Cristina)	PILATES 2 (Magdalena)	RITMOS LATINOS (Cristina)	
10:30	PILATES 1 (Celia)	PILATES 2 (Magdalena)	PILATES 1 (Celia)	PILATES 2 (Magdalena)	PILATES 1 (Celia)	ZUMBA (Lorena)
	GAP (Cristina)		ABDOMINALES (David)		GAP (Cristina)	
11:30						CICLO INDOOR (Manuel)
18:00	PILATES 1 (Celia)	PILATES 1 (Noemi)	PILATES 1 (Celia)	PILATES 1 (Noemi)	JUMPING INICIACIÓN - 18:30 (Noemi)	
		AERÓBIC (Marta)	GAP - 18:20 (David)	CARDIO-TONIC (Saray)		
19:00	AERÓBIC (Saray)	JUMPING INICIACIÓN 19:00 - (Noemi)	PILATES 2 (Noemi)	PILATES 2 (NOEMI)	STRONG BY ZUMBA (Noemi)	
	CICLO INDOOR (Manuel)	JUMPING INICIACIÓN 19:30 - (Noemi)	BAILEACTIVO (Cristina)	RITMOS LATINOS (Saray)	CICLO INDOOR (Fernando)	
	PILATES 2 (Noemi)	PILATES 2 (Celia)				
20:00	CIRCUITO CARDIO (David)	PILATES 2 (Noemi)	BOXEO (Dario)	PILATES 2 (Noemi)	JUMPING AVANZADO (Noemi)	
	ZUMBA (Mabel)	ACOND. FISICO (David)	STEP (Noemi)	TONIFICACIÓN (David)		
	CICLO INDOOR (Manuel)	CICLO INDOOR (Lianos)	CICLO INDOOR (Lianos)	CICLO INDOOR (Lianos)		
21:00	BOXEO (Dario)	ZUMBA (Lorena)	JUMPING AVANZADO (Noemi)	STRONG BY ZUMBA (Noemi)		
		CICLO INDOOR (Manuel)				

Clases Colectivas

+ Sala Musculación

Sala Ciclo Indoor

Sala Artes Marciales

Pabellón

Sala Pilates

Sala Aeróbic

