

ABONO DEPORTE JUNIO 2023

Polideportivo Municipal Navaarmado Patricia Garcia - El Escorial

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO
9:30	ACONDIC. FISICO (Fran)		CARDIO - TONIC (Isabel)	AEROFIT (Noemi)	FORTALECIMIEN. (Isabel)	
	PILATES 1 (Mario)	PILATES 2 (Mario)	PILATES 1 (Mario)	PILATES 2 (Mario)	PILATES 1 (Magdalena)	
	AERÓBIC - STEP (Cristina)		BAILEACTIVO (Cristina)		RITMOS LATINOS (Cristina)	
10:30	PILATES 1 (Mario)	PILATES 2 (Estrella)	PILATES 1 (Mario)	PILATES 2 (Noemi)	PILATES 2 (Magdalena)	BAILEACTIVO (Nico)
	GAP (Cristina)		ABDOMINALES (Fran)		GAP (Cristina)	
18:00	PILATES 1 (Mario)	PILATES 1 (Noemi)	PILATES 1 (Mario)	PILATES 1 (Mario)	HIPOPRESIVOS (Noemi)	
			GAP - 18:15 (Noemi)			
19:00	PILATES 2 (Noemi)	PILATES 2 (Noemi)	HIPOPRESIVOS (Noemi)	PILATES 2 (Mario)	CIRCUITO CARDIO (Mario)	
	AEROBIC + HIIT (Cynthia)		BAILE FIT (Cynthia)			
20:00	JUMPING (Noemi)	ENTRENAMIENTO FUNCIONAL (Noemi)	JUMPING (Noemi)		CARDIOBOX (Noemi)	
	CICLO INDOOR (David)		CICLO INDOOR (David)			

PABELLÓN SALA AERÓBIC SALA PILATES SALA CICLO

DEL 19 AL 30 DE JUNIO LAS CLASES DE LUNES Y VIERNES 9:30 H. EN EL PABELLÓN SERÁ UNA ACTIVIDAD COMBINADA DE PABELLÓN Y PISCINA

HORARIO SALA MUSCULACION: DE LUNES A VIERNES DE 9:00 A 22:30 H.
SÁBADOS DE 9:30 A 21:00 H.; DOMINGO DE 9:30 A 14:00 H.



Ayuntamiento de El Escorial
Concejalía de Deportes