

UNA NAVIDAD CON DEPORTE

PROGRAMA ADULTOS DICIEMBRE

HORAS	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	ESPACIO
9:30	MANTENIMIENTO AVANZADO	AEROCOMBO	MANTENIMIENTO AVANZADO	AEROCOMBO	GAP	PILATES	TATAMI 1
10:30	PILATES	TAICHI	PILATES	YOGA	PILATES	BODY	TATAMI 1
17:00	PILATES	MANTENIMIENTO BÁSICO	PILATES	MANTENIMIENTO BÁSICO			TATAMI 1
18:00	CORRECTIVA	AEROCOMBO	CORRECTIVA	AEROCOMBO			TATAMI 1
19:00	GAP	FUNKY – HIP HOP	AEROCOMBO	FUNKY – HIP HOP	AEROCOMBO		TATAMI 1
	CORRECTIVA	MANTENIMIENTO AVANZADO	CORRECTIVA	MANTENIMIENTO AVANZADO			TATAMI 2
20:00	AEROCOMBO	BODY	AEROCOMBO	GAP	PILATES		TATAMI 1
	PILATES	TAICHI	PILATES	TAICHI			TATAMI 2
21:00	BODY	GAP	BODY	AEROCOMBO			TATAMI 1
	YOGA	PILATES	YOGA	PILATES			TATAMI 2

NOTA: LOS SÁBADOS QUE HABRÁ ACTIVIDAD SERÁN LOS DÍAS 12 Y 19 DE DICIEMBRE Y LOS VIERNES QUE HABRÁ ACTIVIDAD POR LA TARDE SERÁN LOS DÍAS 4, 11 Y 18 DICIEMBRE.

LOS DÍAS QUE NO HABRÁ PROGRAMAS ADULTOS EN DICIEMBRE SERÁN 7, 8, 24, 25, 31 DICIEMBRE

