

PROGRAMA DE ADULTOS ENERO - MARZO '12

HORAS	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	ESPACIO
9:30	AEROBIC/STEP	MANTENIMIENTO	AEROBIC/STEP	MANTENIMIENTO	AEROBIC/STEP	TATAMI 1
10:30	PILATES	GAP	PILATES	TAICHI	PILATES	TATAMI 1
HORARIO DE TARDE						
18:00	MANTENIMIENTO	AEROBIC/STEP	MANTENIMIENTO	AEROBIC/STEP		TATAMI 1
	GAP	CORRECTIVA	BATUKA	CORRECTIVA		TATAMI 2
19:00	AEROBIC/STEP	GAP	CARDIO - BOX	GAP		TATAMI 1
	PILATES	TAICHI	PILATES	TAICHI		TATAMI 2
20:00	CARDIO - BOX	BATUKA	AEROBIC/STEP	BATUKA		TATAMI 1
	YOGA	PILATES	YOGA	PILATES		TATAMI 2
21:00	BATUKA	AEROBIC/STEP	BATUKA	AEROBIC/STEP		TATAMI 1
	PILATES	CARDIO - BOX	PILATES	YOGA	TATAMI 2	