

CLASES COLECTIVAS

MARZO 2013

HORAS	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	ESPACIO
9:30	AEROBIC/STEP	MANTENIMIENTO	AEROBIC/STEP	MANTENIMIENTO	AEROBIC/STEP	TATAMI 1
	FÁTIMA	FÁTIMA	FÁTIMA	RICARDO	FÁTIMA	
10:30	PILATES	GAP	PILATES	TAICHI	PILATES	TATAMI 1
	FÁTIMA	FÁTIMA	FÁTIMA	RICARDO	FÁTIMA	
HORARIO DE TARDE						
17:00	PILATES	MANTENIMIENTO	AEROBIC/STEP	MANTENIMIENTO		TATAMI 1
	FÁTIMA	CARMEN MORENO	CARMEN MOLINA	CARMEN MORENO		
18:00	MANTENIMIENTO	AEROBIC/STEP	MANTENIMIENTO	AEROBIC/STEP	MANTENIMIENTO	TATAMI 1
	CARMEN MOLINA	CARMEN MORENO	CARMEN MOLINA	CARMEN MORENO	FÁTIMA	
	ABDOMINAL 30´ STRETCHING	CORRECTIVA	ABDOMINAL 30´ STRETCHING	CORRECTIVA		TATAMI 2
	RICARDO	RICARDO	RICARDO	RICARDO		
19:00	AEROBIC/STEP	GAP	STEP	GAP	PILATES	TATAMI 1
	CARMEN MOLINA	RICARDO	CARMEN MOLINA	RICARDO	FÁTIMA	
	PILATES	DANZA DEL VIENTRE/ BAILE ACTIVO	PILATES	DANZA DEL VIENTRE/ BAILE ACTIVO		TATAMI 2
	RICARDO	CARMEN MORENO	RICARDO	CARMEN MORENO		
20:00	STEP	BATUKA/ZUMBA	AEROBIC/STEP	BATUKA/ZUMBA		TATAMI 1
	CARMEN MOLINA	CARMEN MORENO	CARMEN MOLINA	CARMEN MORENO		
	PILATES	PILATES	GAP	PILATES		TATAMI 2
	RICARDO	RICARDO	RICARDO	RICARDO		
21:00	BATUKA/ZUMBA	AEROBIC/STEP	PILATES	AEROBIC/STEP		TATAMI 1
	CARMEN MORENO	CARMEN MORENO	FÁTIMA	CARMEN MORENO		

- EDAD: A partir de 14 años con autorización del padre, madre o tutor.
- PRECIO MES: 19,50 €/MES NO ABONADOS PMD, y 16,60 €mes ABONADO PMD
- INFORMACIÓN E INSCRIPCIÓN: Oficinas PMD, Tfn: 957 520 – 674, www.deportecabra.es