



**HORARIOS DE ACTIVIDADES DEPORTIVAS
CURSO 2017/2018**

PARA ADULTOS:

ACTIVIDAD	HORARIO	DÍAS	LUGAR
AERÓBIC/DANZA/FITNESS	10:00 – 11:30	MA-JU	Sala de la piscina
	18:30 – 20:00	MA-JU	Sala de la piscina
GIMNASIA DE MANTENIMIENTO	18:00 - 19:00	LU-MI-VI	Cancha polideportivo
PREPARACIÓN FÍSICA ADULTOS	20:00 - 21:00	LU-MI-VI	Cancha polideportivo
YOGA	17:00 – 18:00	LU-MI	Tatami polideportivo
CICLO INDOOR	12:00 - 12:45	LU-MI-VI	Sala de la piscina
	19:30 – 20:15	LU-MI-VI	Sala de la piscina
	20:15 – 21:00	LU-MI-VI	Sala de la piscina
PILATES	19:30 - 20:15	LU-MI	Tatami polideportivo
	20:15 - 21:00	LU-MI	Tatami polideportivo
	15:45 - 16:30	MA-JU	Sala de la piscina
BOXEO	18:00 – 19:00*	LU-MI-VI	Sala de la piscina
KICKBOXING	20:00 - 21:30	MA-JU	Tatami polideportivo
GIMNASIO/FITNESS/ MUSCULACIÓN (horario monitor)	10:00 - 11:00	LU-MI-VI	Gimnasio polideportivo
	17:00 - 18:00	LU-MI-VI	Gimnasio polideportivo
	19:00 - 20:00	LU-MI-VI	Gimnasio polideportivo
	20:00 - 21:00	MA-JU	Gimnasio polideportivo
TENIS	20:15 – 21:15*	MA-JU	Cancha Barredos
ENTRENAMIENTO FUNCIONAL (crossFT) (a escoger 3 días semanales entre los disponibles)	21:00 - 22:00	L-M-X-J-V	Tatami y cancha del polideportivo
BAILES (bachata, merengue, cumbia...)	19:30 – 21:00*	MA-JU	Sala de la piscina
NATACIÓN	HORARIOS DIVERSOS: Info. Pisc 985600849		
<i>PARA NIÑOS:</i>			
TENIS INFANTIL	16:00 - 17:00*	MA-JU	Cancha Barredos
GIMNASIA RÍTMICA	16:30 - 17:30	LU-MI-VI	Cancha polideportivo
	17:30 - 18:30	LU-MI-VI	Cancha polideportivo
KÁRATE INFANTIL	18:00 - 19:00	LU-MI	Tatami polideportivo
Predeporte, psicomotricidad (3 a 6 años)	17:30 - 18:30*	MA-JU	Sala de la piscina
NATACIÓN	HORARIOS DIVERSOS: Info. Pisc 985600849		
OTRAS:	Escuelas deportivas de atletismo, baloncesto, fútbol sala, tiro con arco, bádminton, patinaje artístico... Ponerse en contacto con los clubs. Información en el polideportivo: tfno 985600889		
NOTA: Los grupos sombreados y con asterisco se iniciarán cuando haya un mínimo de inscritos.			

¡CONSULTA ESTO Y OTRAS INFORMACIONES EN NUESTRO FACEBOOK!