

Horario	Actividad	Gimnasio
7:05 a 7:50	Aero local	Gim A
8:15 a 9:00	Pilates	Gim A
8:30 a 9:30	Yoga	Gim C
9:15 a 10:00	Tonificación	Gim A
9:30 a 10:30	Yoga	Gim C
10:45 a 11:30	Yoga Pilates	Lun y Mié Gim C Vie Gim A
13:00 a 14:00	Aero local	Gim A
14:30 a 15:15	Coreografía	Gim A
14:30 a 15:15	Gim Adultos	Dorado
15:00 a 15:55	Osteoarticular	Gim B
15:40 a 16:25	Aero Local	Gim A
16:05 a 16:55	Tai Chi	Gim B
16:25 a 17:10	Personalizada	Dorado
16:25 a 16:55	Localizada	Gim A
17:05 a 17:55	Yoga	Gim C
17:30 a 18:15	Aero Local	Dorado
17:40 a 18:25	Pilates	Gim B
18:05 a 19:00	Yoga	Gim C
18:30 a 19:15	Local Gim Suave Streching Relax	Lunes y Miércoles Viernes
18:30 a 19:30	Entrenamiento Funcional	Dorado
19:30 a 20:15	Lunes Miércoles Viernes Aero lat.coreo Aero c/coreo Aero local	Gim A
20:30 a 21:00	Tonificación	Dorado
21:15 a 22:00	Streching Relax	Lun y Mié Gim A

Gimnasias Mixta

Lun-Mié-Vie

Indumentaria para las clases:
Short, Remera, Calza, Medias y Calzado deportivo.

Para concurrir a las clases de Spinning es necesario anotarse en Canastería previamente.

Traer candado.

Los horarios pueden estar sujeto a modificaciones

Horario	Actividad	Gimnasio
7:00 a 7:40	Pilates	Gim A
7:45 a 8:30	Pilates	Gim A
8:30 a 9:25	Tai Chi	Gim B
9:10 a 9:50	Localizada	Gim A
9:35 a 10:25	Gim Osteoarticular	Gim B
10:00 a 10:45	Gimnasia Suave	Gim A
10:35 a 11:30	Yoga	Gim C
12:30 a 13:00	GAP	Gim A
13:00 a 13:45	Aero local	Gim A
14:30 a 15:15	Aero local	Gim A
15:15 a 16:00	Streching Relax	Gim B
15:30 a 16:15	Aero local	Gim A
16:30 a 17:00	Abdominales	Gim A
17:30 a 18:15	Aero local	Gim A
17:30 a 18:30	ZUMBA	Dorado
18:30 a 19:15	GAP	Dorado
19:30 a 20:15	Step local - Aero local	Gim A
20:15 a 21:45	Entrenamiento Funcional	Dorado
20:30 a 21:00	Abdominales	Gim B
21:00 a 21:45	Pilates	Gim B

Gimnasias Mixta

Mar-Jue

Horario	Actividad	Gimnasio
10:30 a 11:15	Aero local	Gim A
11:30 a 12:00	Localizada	Gim A
13:15 a 14:00	Localizada	Gim B

Gimnasias Mixta

Sábados