

ACTIVIDADES ADULTOS
CURSO 2011-2012

ACTIVIDAD	PLAZAS	DÍAS	HORARIO	INSTALACIÓN
MÉTODO PILATES				
PILATES MAÑANAS 1	15	LUNES Y MIÉRC.	11,00 A 11,45	SALA DE ARTES MARCIALES
PILATES MAÑANAS 2	15	LUNES Y MIÉRC.	11,50 A 12,35	
PILATES MAÑANAS 3	15	MARTES Y JUEVES	11,15 A 12,00	
PILATES 0 NIVEL 0	15	LUNES Y MIÉRC.	19,15 A 20,00	SALA DE ARTES MARCIALES
PILATES 1 NIVEL 1	15	LUNES Y MIÉRC.	21,10 A 21,55	
PILATES 2 NIVEL 2	15	LUNES Y MIÉRC.	20,10 A 20,55	
PILATES 3 NIVEL 2	15	MARTES Y JUEVES	19,30 A 20,15	
PILATES 4 NIVEL 1	15	MARTES Y JUEVES	20,20 A 21,05	
PILATES 5 NIVEL 0	15	MARTES Y JUEVES	21,15 A 22,00	
AERÓBIC				
AERÓBIC MAÑANAS	25	MARTES Y JUEVES	10,00 A 10,55	SALA DE AERÓBIC-FITNESS
AERÓBIC TARDES	25	MARTES Y JUEVES	19,00 A 19,55	
AEROMIX	25	LUNES Y MIÉRC.	21,00 A 21,55	
STEP	25	MARTES Y JUEVES	21,00 A 21,55	
BODY PUMP	15	MARTES Y JUEVES	20,05 A 20,50	
G.A.P. (Gluteos, Abdominales, Piernas)	20	LUNES Y MIÉRC.	20,05 A 20,50	
GIMNASIA DE MANTENIMIENTO				
GIMNASIA MANTENIM. MAÑANAS	25	LUNES Y MIÉRC.	10,00 A 10,55	PISTA INTERIOR DEL PABELLÓN
GIMANSIA MANTENIM. NOCHES	25	LUNES Y MIÉRC.	21,00 A 21,55	
MULTIDEPORTE	20	MARTES Y JUEVES	21,00 A 21,55	
EDUCACIÓN FÍSICA PARA MAYORES DE 65 AÑOS	25	MARTES Y JUEVES	12,00 A 12,55	
SALA DE MUSCULACIÓN				

ACTIVIDADES ADULTOS
CURSO 2011-2012

ACTIVIDAD	PLAZAS	DÍAS	HORARIO	INSTALACIÓN
TENIS				
TENIS INICIACIÓN 1	7	MARTES Y JUEVES	20,00 A 20,55	PISTAS DE TENIS
TENIS SUB-23	6	LUNES-MIÉRC-VIERN.	20,00 A 20,55	
TENIS PERFECCIONAMIENTO 1	6	LUNES Y MIÉRC.	21 ,00 A 21,55	
TENIS PERFECCIONAMIENTO 2	6	LUNES-MIÉRC-VIERN.	20,00 A 20,55	
TENIS PERFECCIONAMIENTO 3	6	LUNES-MIÉRC-VIERN.	21,00 A 21,55	
TENIS PERFECCIONAMIENTO 4	6	MARTES Y JUEVES	21 ,00 A 21,55	
TENIS SÁBADOS 1	7	SÁBADOS	10,00 A 10,55	
TENIS SÁBADOS 2	7	SÁBADOS	11,00 A 11,55	
TENIS SÁBADOS 3	7	SÁBADOS	12,00 A 12,55	
TENIS DOMINGOS 1	7	DOMINGOS	10,00 A 10,55	
TENIS DOMINGOS 2	7	DOMINGOS	11,00 A 11,55	
TENIS DOMINGOS 3	7	DOMINGOS	12,00 A 12,55	
TENIS DOMINGOS 4	7	DOMINGOS	13,00 A 13,55	
PÁDEL				
PÁDEL MAÑANAS PERFECC 1	4	MARTES Y JUEVES	10,00 A 10,55	PISTAS DE PÁDEL
PÁDEL MAÑANAS PERFECC 2	4	MARTES Y JUEVES	11,00 A 11,55	
PÁDEL MAÑANAS INICIACIÓN	5	LUNES Y MIÉRC.	11,00 A 11,55	
PÁDEL INICIACIÓN 1	5	LUNES Y MIÉRC.	19,00 A 19,55	
PÁDEL INICIACIÓN 2	5	LUNES Y MIÉRC.	20,00 A 20,55	
PÁDEL INICIACIÓN 3	5	MARTES Y JUEVES	19,00 A 19,55	
PÁDEL INICIACIÓN 4	5	MARTES Y JUEVES	20,00 A 20,55	
PÁDEL PERFECCIONAMIENTO 1	4	LUNES Y MIÉRC.	20,00 A 20,55	
PÁDEL PERFECCIONAMIENTO 2	4	MARTES Y JUEVES	19,00 A 19,55	
PÁDEL PERFECCIONAMIENTO 3	4	MARTES Y JUEVES	20,00 A 20,55	
PÁDEL PERFECCIONAMIENTO 4	4	MARTES Y JUEVES	21 ,00 A 21,55	
PÁDEL SÁBADOS 1	5	SÁBADOS	10,00 A 10,55	
PADEL SÁBADOS 2	5	SÁBADOS	11,00 A 11,55	
PADEL SÁBADOS 3	5	SÁBADOS	12,00 A 12,55	