

PISCINA MUNICIPAL DE ARZÚA

ACTIVIDADES DIRIXIDAS OUTUBRO - DECEMBRO 2019

HORA	LUNS	MARTES	MÉRCORES	JUEVES	VENRES			
10:30		PILATES	BIKE	FITNESS	PILATES	BIKE	ZUMBA	
11:15								
11:15	TONIFICACIÓN	AEROBIC	GAP 30"	AERO-STEP				
12:00								
19:00	AEROBIC		AEROBIC	FITNESS				
19:45								
19:45	BIKE	AERO-STEP	TONIFICACIÓN	GAP 30"	ZUMBA			
20:30								
20:30	HIPOPRESIVOS	BIKE	PILATES	BIKE	AERO-STEP	BIKE 3	PILATES	BIKE 5
21:15								
21:15	PILATES 3	BIKE	ZUMBA	PILATES 3	BIKE	HIPOPRESIVOS		
22:00								