

Horario Medidas F*CK COVID 2021

Desde 13 de Septiembre



LUNES

| HORA | ACTIVIDAD | SALA | TÉCNICO |
|-------|-------------------------------|--------------|------------|
| 7:15 | CICLO | CICLO | ALBERTO |
| 8:30 | TAICHI | 45' 5 | ANTONIO E. |
| 8:30 | AQUAFITNESS | 45' V5 | LAURA M |
| 9:15 | SENIOR | 45' 6 | MARIA JOSE |
| 9:15 | CICLO VIRTUAL | 45' CICLO | TV |
| 9:30 | ZUMBA | 45' 2 | SANDRA |
| 9:30 | AQUAGYM | 45' V3 | LAURA M |
| 10:00 | BODYPUMP | 45' DANCE | ROSA |
| 10:15 | PILATES | 45' 6 | MARIA JOSE |
| 10:30 | CICLO | 45' CICLO | RAFA |
| 10:30 | AQUAFITNESS | 45' V5 | JESÚS B |
| 11:00 | BODYCOMBAT | DANCE | RAFI |
| 11:00 | PASEO SALUDABLE | 60' EXTERIOR | SANDRA |
| 11:15 | ESCUELA ESPALDA SANA | 45' 6 | MARIA JOSE |
| 12:00 | BODYPUMP | 45' DANCE | RAFA |
| 14:00 | CICLO VIRTUAL | 45' CICLO | TV |
| 15:00 | BODYPUMP | 45' DANCE | ALESS |
| 16:00 | PLAY TIME (9 a 13 años) | 45' 2 | ALESS |
| 16:00 | KARATE INFANTIL (9 A 13 años) | 45' 5 | ANTONIO E. |
| 16:00 | PLAY TIME (3 A 8 años) | 45' 6 | CARMEN |
| 17:00 | SUPERAIRA (3 A 8 años) | 45' 2 | ALESS |
| 17:00 | SUPERAIRA (9 A 13 años) | 45' DANCE | CARMEN |
| 17:00 | KARATE INFANTIL (3 a 8 años) | 45' 5 | ANTONIO E. |
| 17:00 | PILATES | 6 | CRISTINA |
| 18:00 | BODYCOMBAT | 45 2 | MARINA |
| 18:00 | KARATE | 45 5 | ANTONIO E. |
| 18:15 | BODYPUMP | DANCE | ANTONIO P. |
| 18:30 | CICLO | 45' CICLO | RAFI |
| 19:00 | STEP | 45' 2 | CRISTINA |
| 19:00 | YOGA | 45' 5 | MARINA |
| 19:00 | PILATES | 6 | ALESS |
| 19:15 | ZUMBA | 45' DANCE | ALEX M. |
| 19:30 | AQUASTEP | 45' V5 | LAURA M |
| 19:30 | CICLO | 45' CICLO | RAFI |
| 20:00 | GAP | 30' 2 | CARMEN |
| 20:00 | AQUAFITNESS | 45' V5 | PABLO |
| 20:15 | BODYPUMP | 45' DANCE | MARINA |
| 21:00 | ZUMBA | 45' 2 | CRISTINA |
| 21:00 | CICLO VIRTUAL | 45' CICLO | TV |
| 21:00 | AQUAEXPLOSIVE | 45' V5 | PABLO |
| 21:15 | BODYCOMBAT | DANCE | MARINA |

MARTES

| HORA | ACTIVIDAD | SALA | TÉCNICO |
|-------|-------------------------------|--------------|------------|
| 7:15 | BODYPUMP | 45' DANCE | RAFA |
| 7:15 | CICLO VIRTUAL | 45' CICLO | TV |
| 8:00 | PILATES | 45' 5 | MARIA JOSE |
| 9:15 | CICLO VIRTUAL | 45' CICLO | |
| 9:15 | BODYPUMP | 45' DANCE | ROSA |
| 9:30 | ZUMBA | 45' 2 | SANDRA |
| 9:30 | AQUAEROBIC | 45' V3 | PEDRO |
| 10:30 | GAP | 30' 2 | MARIA JOSE |
| 10:30 | CICLO | 45' CICLO | RAFA |
| 10:30 | YOGA | 45' 5 | ANTONIO E. |
| 10:30 | AQUAGYM | 45' V3 | MARISA |
| 10:30 | AQUAFITNESS | 45' V5 | PEDRO |
| 11:00 | PILATES | 45' 6 | MARIA JOSE |
| 11:15 | BODYCOMBAT | 45' DANCE | ANTONIO P. |
| 14:00 | CICLO VIRTUAL | 45' CICLO | |
| 15:00 | CICLO | 45' CICLO | ALESS |
| 16:00 | SUPERAIRA (9 a 13 años) | 45' 2 | CARMEN |
| 16:00 | KARATE INFANTIL (3 a 8 años) | 45' 5 | ANTONIO E. |
| 16:00 | SUPERAIRA (3 a 8 años) | 45' 6 | ALESS |
| 16:30 | ZUMBA | 45' DANCE | CRISTINA |
| 17:00 | PLAYTIME | 45' 2 | CARMEN |
| 17:00 | KARATE INFANTIL (9 a 13 años) | 45' 5 | ANTONIO E. |
| 17:00 | PLAYTIME (9 a 13 años) | 45' 6 | ALESS |
| 18:00 | CORE | 20' 2 | ALBERTO |
| 18:00 | ESCUELA ESPALDA SANA | 45' 6 | CRISTINA |
| 18:15 | BODYPUMP | 45' DANCE | ALESS |
| 18:30 | CICLO | 45' CICLO | RAFI |
| 19:00 | BODYCOMBAT | 2 | MARINA |
| 19:00 | PILATES | 45' 6 | CRISTINA |
| 19:15 | ZUMBA | 45' DANCE | ALEX M. |
| 19:15 | AQUAEROBIC | 45' V3 | AZAHARA |
| 19:30 | CICLO VIRTUAL | 45' CICLO | TV |
| 19:30 | CLUB DEL CORREDOR | 90' EXTERIOR | ALBERTO |
| 20:00 | AIRAEXPLOSIVE | 30' 2 | MARINA |
| 20:00 | BALANCE | 45' 6 | CARMEN |
| 20:15 | BODYPUMP | 45' DANCE | CRISTINA |
| 20:15 | AQUAFITNESS | 45' V5 | VIRGINIA |
| 20:30 | CICLO | 45' CICLO | RAFI |
| 21:15 | BODYPUMP | 45' DANCE | MARINA |

Horario Medidas F*CK COVID 2021

Desde 13 de Septiembre



MIÉRCOLES

| HORA | ACTIVIDAD | SALA | TÉCNICO |
|-------|-------------------------------|--------------|------------|
| 7:15 | CICLO | CICLO | ALBERTO |
| 8:30 | TAICHI | 45' 5 | ANTONIO E. |
| 8:30 | AQUAFITNESS | 45' V5 | LAURA M |
| 9:15 | SENIOR | 45' 6 | MARIA JOSE |
| 9:15 | CICLO VIRTUAL | 45' CICLO | TV |
| 9:30 | ZUMBA | 45' 2 | SANDRA |
| 9:30 | AQUAGYM | 45' V3 | LAURA M |
| 10:00 | BODYPUMP | 45' DANCE | ROSA |
| 10:15 | PILATES | 45' 6 | MARIA JOSE |
| 10:30 | CICLO | 45' CICLO | RAFA |
| 10:30 | AQUAFITNESS | 45' V5 | MARISA |
| 11:00 | BODYCOMBAT | DANCE | RAFI |
| 11:00 | PASEO SALUDABLE | 60' EXTERIOR | SANDRA |
| 11:15 | ESCUELA ESPALDA SANA | 45' 6 | MARIA JOSE |
| 12:00 | BODYPUMP | 45' DANCE | RAFA |
| 14:00 | CICLO VIRTUAL | 45' CICLO | TV |
| 15:00 | BODYPUMP | 45' DANCE | ALESS |
| 16:00 | PLAY TIME (9 a 13 años) | 45' 2 | ALESS |
| 16:00 | KARATE INFANTIL (9 A 13 años) | 45' 5 | ANTONIO E. |
| 16:00 | PLAY TIME (3 A 8 años) | 45' 6 | CARMEN |
| 17:00 | SUPERAIRA (3 A 8 años) | 45' 2 | ALESS |
| 17:00 | SUPERAIRA (9 A 13 años) | 45' DANCE | CARMEN |
| 17:00 | KARATE INFANTIL (3 a 8 años) | 45' 5 | ANTONIO E. |
| 17:00 | PILATES | 6 | CRISTINA |
| 18:00 | BODYCOMBAT | 45 2 | MARINA |
| 18:00 | KARATE | 45 5 | ANTONIO E. |
| 18:15 | BODYPUMP | DANCE | ANTONIO P. |
| 18:30 | CICLO | 45' CICLO | LOLES |
| 19:00 | STEP | 45' 2 | CRISTINA |
| 19:00 | YOGA | 45' 5 | ANTONIO E. |
| 19:00 | PILATES | 6 | ALESS |
| 19:15 | ZUMBA | 45' DANCE | ALEX M. |
| 19:15 | AQUASTEP | 45' V5 | RAFI |
| 19:30 | CICLO | 45' CICLO | LOLES |
| 20:00 | GAP | 30' 2 | CARMEN |
| 20:00 | AQUAFITNESS | 45' V5 | PABLO |
| 20:15 | BODYPUMP | 45' DANCE | MARINA |
| 21:00 | ZUMBA | 45' 2 | CRISTINA |
| 21:00 | CICLO VIRTUAL | 45' CICLO | TV |
| 21:00 | AQUAEXPLOSIVE | 45' V5 | PABLO |
| 21:15 | BODYCOMBAT | DANCE | MARINA |

SÁBADO

| HORA | ACTIVIDAD | SALA | TÉCNICO |
|-------|-----------|-----------|------------|
| 10:00 | BODYPUMP | 45' DANCE | LOLES |
| 11:00 | CICLO | 45' CICLO | LOLES |
| 12:00 | PILATES | 45' DANCE | MARIA JOSE |

DOMINGO

| HORA | ACTIVIDAD | SALA | TÉCNICO |
|-------|------------|-----------|---------|
| 10:00 | BODYCOMBAT | DANCE | LOLES |
| 11:00 | CICLO | 45' CICLO | LOLES |
| 12:00 | ZUMBA | 45' DANCE | SANDRA |

JUEVES

| HORA | ACTIVIDAD | SALA | TÉCNICO |
|-------|-------------------------------|--------------|------------|
| 7:15 | BODYPUMP | 45' DANCE | RAFA |
| 7:15 | CICLO VIRTUAL | 45' CICLO | TV |
| 8:00 | PILATES | 45' 5 | ROSA |
| 9:15 | CICLO VIRTUAL | 45' CICLO | TV |
| 9:15 | BODYPUMP | 45' DANCE | RAFA |
| 9:30 | ZUMBA | 45' 2 | SANDRA |
| 9:30 | AQUAEROBIC | 45' V3 | LAURA M |
| 10:30 | GAP | 30' 2 | ROSA |
| 10:30 | CICLO | 45' CICLO | RAFA |
| 10:30 | YOGA | 45' 5 | ANTONIO E. |
| 10:30 | AQUAGYM | 45' V3 | MARISA |
| 10:30 | AQUAFITNESS | 45' V5 | LAURA M |
| 11:00 | PILATES | 45' 6 | ROSA |
| 11:15 | BODYCOMBAT | 45' DANCE | RAFI |
| 14:00 | CICLO VIRTUAL | 45' CICLO | TV |
| 15:00 | CICLO | 45' CICLO | ALESS |
| 16:00 | SUPERAIRA (9 a 13 años) | 45' 2 | CARMEN |
| 16:00 | KARATE INFANTIL (3 a 8 años) | 45' 5 | ANTONIO E. |
| 16:00 | SUPERAIRA (3 a 8 años) | 45' 6 | ALESS |
| 16:30 | ZUMBA | 45' DANCE | CRISTINA |
| 17:00 | PLAYTIME | 45' 2 | CARMEN |
| 17:00 | KARATE INFANTIL (9 a 13 años) | 45' 5 | ANTONIO E. |
| 17:00 | PLAYTIME (9 a 13 años) | 45' 6 | ALESS |
| 18:00 | CORE | 20' 2 | MARINA |
| 18:00 | ESCUELA ESPALDA SANA | 45' 6 | CRISTINA |
| 18:15 | BODYPUMP | 45' DANCE | LOLES |
| 18:30 | CICLO | 45' CICLO | RAFI |
| 19:00 | BODYCOMBAT | 2 | MARINA |
| 19:00 | PILATES | 45' 6 | CRISTINA |
| 19:15 | ZUMBA | 45' DANCE | ALEX M. |
| 19:15 | AQUAEROBIC | 45' V3 | AZAHARA |
| 19:30 | CICLO VIRTUAL | 45' CICLO | TV |
| 19:30 | CLUB DEL CORREDOR | 90' EXTERIOR | ALBERTO |
| 20:00 | AIRAEXPLOSIVE | 30' 2 | ALESS |
| 20:00 | BALANCE | 45' 6 | CARMEN |
| 20:15 | BODYPUMP | 45' DANCE | CRISTINA |
| 20:15 | AQUAFITNESS | 45' V5 | VIRGINIA |
| 20:30 | CICLO | 45' CICLO | RAFI |

VIERNES

| HORA | ACTIVIDAD | SALA | TÉCNICO |
|-------|--------------------------|-----------|------------|
| 7:15 | CICLO VIRTUAL | 45' CICLO | TV |
| 8:00 | PILATES | 45' 5 | ROSA |
| 9:00 | CICLO VIRTUAL | 45' CICLO | TV |
| 9:15 | ACONDICIONAMIENTO FÍSICO | 45' DANCE | ROSA |
| 9:30 | ZUMBA | 45' 2 | SANDRA |
| 9:30 | AQUASTEP | 45' V3 | RAFI |
| 10:00 | CICLO | 45' CICLO | RAFA |
| 10:15 | BODYPUMP | 45' DANCE | ANTONIO P. |
| 10:30 | PILATES | 6 | ROSA |
| 10:30 | AQUAFITNESS | 45' V5 | RAFI |
| 11:00 | BODYCOMBAT | 2 | ALBERTO |
| 11:30 | CICLO VIRTUAL | 45' CICLO | TV |
| 14:00 | CICLO VIRTUAL | 45' CICLO | TV |
| 18:00 | CICLO VIRTUAL | 45' CICLO | TV |
| 18:00 | BODYCOMBAT | DANCE | MARINA |
| 19:00 | BODYPUMP | DANCE | MARINA |
| 10:30 | AQUAEXPLOSIVE | 45' V5 | PABLO |
| 20:00 | CICLO | CICLO | ALESS |