

Horario 2024

Desde el 12 de Febrero



LUNES

HORA	ACTIVIDAD	DURACION	SALA	TECNICO
7:15	CICLO	45'	CICLO	ALBERTO
8:00	FITBALL	45'	6	MARÍA JOSÉ
8:30	TAICHI	45'	5	ANTONIO E.
8:30	AQUAFITNESS V5	45'	V5	LAURA
9:00	SENIOR	45'	6	MARÍA JOSÉ
9:15	ACO. FISICO	45'	DANCE	ROSA
9:30	CICLO	45'	CICLO	RICARDO
9:30	ZUMBA	45'	2	SANDRA
9:30	AQUAGYM V3	45'	V3	LAURA
9:30	AQUAFITNESS V5	45'	V5	PEDRO ABELLAN
9:30	YOGA	45'	5	ANTONIO EMILIO
10:00	PILATES	45'	6	MARÍA JOSÉ
10:15	BODYPUMP	60'	DANCE	ROSA
10:30	AQUAFITNESS V5	45'	V5	MARISA
10:30	TRX30	30'	2	RICARDO
11:00	ESCUELA ESPALDA	45'	6	ANTONIO E.
11:00	PASEO SALUDABLE	60'	OUTDOOR	SANDRA
12:00	PILATES	45'	6	MARÍA JOSÉ
12:00	AIRA FITBOXING	45'	CICLO	ALBERTO
14:00	FULL BODY RUTINE	45'	2	MARINA
14:30	AIRA FITBOXING	45'	CICLO	RAFI
16:00	PLAY TIME 9-13	45'	2	ÁNGELA
16:00	PLAY TIME 3-8	45'	6	SANDRA
16:00	KARATE INFANTIL 9-13	45'	5	ANTONIO EMILIO
17:00	SUPER AIRA 9-13	45'	DANCE	ÁNGELA
17:00	SUPER AIRA 3-8	45'	2	SANDRA
17:00	KARATE INFANTIL 3-8	45'	5	ANTONIO EMILIO
17:00	CARDIO TRAINING	30'	SALA FITNESS	JOSÉ CARLOS
17:00	PILATES	45'	6	CRISTINA
17:00	GLUTEBUM	45'	2	MARINA
18:00	BODYCOMBAT	60'	2	ANTONIO P.
18:00	BODYPUMP	60'	DANCE	PEDRO MARQUINA
18:00	GAP	30'	6	MARINA
18:00	KARATE	45'	5	ANTONIO EMILIO
18:30	CICLO	45'	CICLO	RAFI
18:30	CORE	20'	6	MARINA
19:00	STEP	45'	2	CRISTINA
19:00	YOGA	45'	5	ANTONIO E.
19:00	PILATES	45'	6	MARÍA JOSÉ
19:15	AQUASTEP	45'	V3	JOSÉ MIGUEL
19:15	ZUMBA	45'	DANCE	PEDRO MARQUINA
19:30	CICLO	45'	CICLO	JOSÉ CARLOS
20:00	FULL BODY RUTINE	50'	2	MARINA
20:00	GAP	30'	6	RICARDO
20:15	AQUAFITNESS V5	45'	V5	PABLO
20:15	BODYPUMP	60'	DANCE	JOSÉ MIGUEL
20:30	AIRA FITBOXING	45'	CICLO	RAFI
21:00	BOXEO	75'	6	CRISTOBAL
21:00	GLUTEBUM	45'	2	MARINA
21:15	AQUAEXPLOSIVE	45'	V5	PABLO

MARTES

HORA	ACTIVIDAD	DURACION	SALA	TECNICO
7:15	BODYPUMP	60'	DANCE	ROSA
7:15	CICLO VIRTUAL	45'	CICLO	TV
8:00	PILATES	45'	5	MARÍA JOSÉ
9:15	CLUB DEL CORREDOR	60'	OUTDOOR	ALBERTO
9:15	BODYPUMP	60'	DANCE	ROSA
9:15	ZUMBA	45'	6	SANDRA
9:30	CICLO	45'	CICLO	LIDIA
9:30	ESCUELA DE ESPALDA	45'	5	ANTONIO EMILIO
9:30	AQUAEROBIC V3	45'	V3	PEDRO ABELLÁN
9:30	AQUAFITNESS V5	45'	V5	MARISA
10:00	FULL BODY RUTINE	50'	2	ANTONIO P.
10:30	AQUAFITNESS V5	45'	V5	PEDRO ABELLÁN
10:30	AQUAGYM V3	45'	V3	MARISA
10:30	GAP	30'	DANCE	LIDIA
10:30	YOGA	45'	5	ANTONIO EMILIO
11:00	TRX30	30'	2	LIDIA
11:00	PILATES	45'	6	MARÍA JOSÉ
12:00	BOXEO	75'	5	CRISTOBAL
12:00	STRETCHING	30'	6	MARÍA JOSÉ
14:00	FULL BODY RUTINE	50'	2	ROSA
14:30	CICLO	45'	CICLO	JOSÉ MIGUEL
16:00	CLUB MTB	120'	OUTDOOR	ALBERTO
16:00	KARATE INFANTIL 3-8	45'	5	ANTONIO EMILIO
16:00	SUPER AIRA 9-13	45'	2	ÁNGELA
16:00	SUPER AIRA 3-8	45'	6	SANDRA
16:30	ZUMBA	45'	DANCE	RAFI
17:00	KARATE INFANTIL 9-13	45'	5	ANTONIO EMILIO
17:00	PLAY TIME 3-8	45'	2	SANDRA
17:00	PLAY TIME 9-13	45'	6	ÁNGELA
17:30	CARDIO TRAINING	30'	SALA FITNESS	JOSÉ CARLOS
18:00	BODYPUMP	60'	DANCE	RICARDO
18:00	FULL BODY RUTINE	50'	2	ÁNGELA
18:00	ESCUELA DE ESPALDA	45'	6	ANTONIO EMILIO
18:30	CICLO	45'	CICLO	JOSÉ CARLOS
19:00	ESCUELA DE ESPALDA	45'	5	ANTONIO EMILIO
19:00	BODYCOMBAT	60'	2	MARINA
19:00	FITBALL	45'	6	CRISTINA
19:15	AQUAEROBIC V3	45'	V3	CRISTOBAL
19:15	ZUMBA	45'	DANCE	PEDRO MARQUINA
19:30	CICLO	45'	CICLO	RICARDO
19:30	CLUB DEL CORREDOR	60'	OUTDOOR	JOSÉ MIGUEL
20:00	GAP	30'	2	VIRGINIA
20:00	PILATES	45'	6	CRISTINA
20:00	BALANCE	60'	5	MARINA
20:15	BODYPUMP	60'	DANCE	PEDRO MARQUINA
20:15	AQUAFITNESS V5	45'	V5	CRISTOBAL
20:30	TRX30	30'	2	VIRGINIA
20:30	AIRA FITBOXING	45'	CICLO	RAFI
21:15	BOXEO	75'	6	CRISTOBAL
21:15	FULL BODY RUTINE	50'	2	VIRGINIA

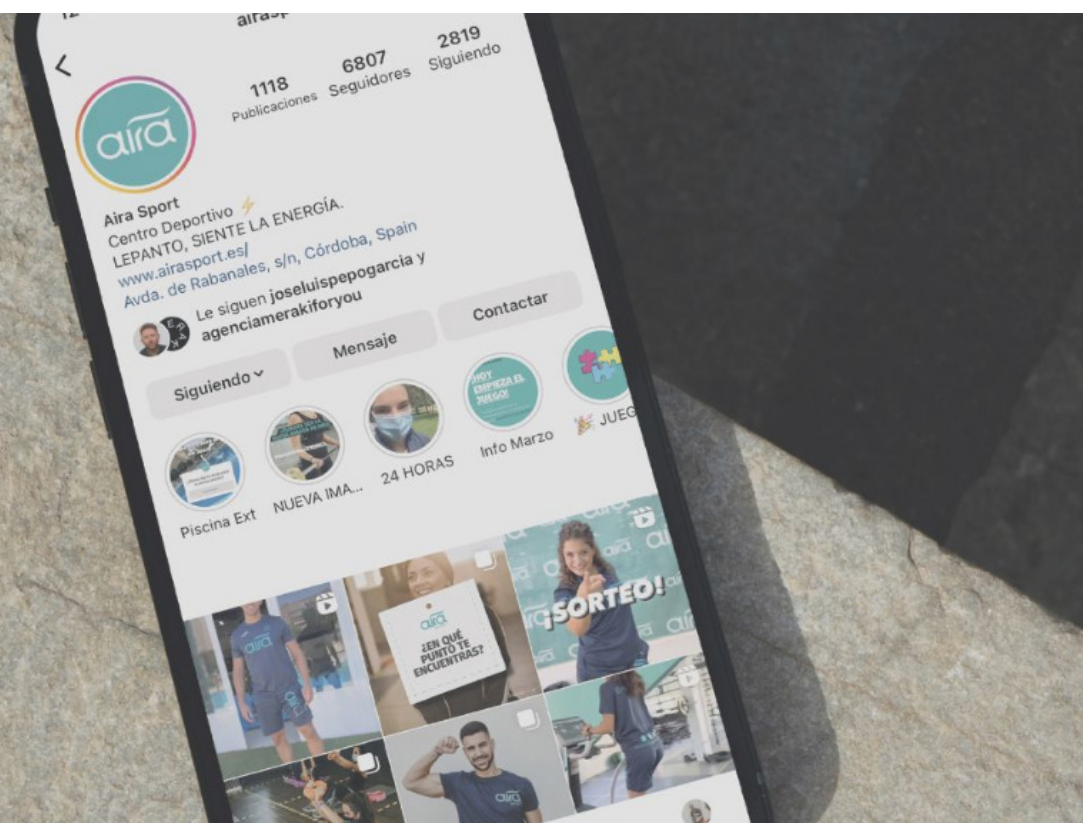
SÍGUENOS
EN NUESTRAS

RRSS

PARA ENTERARTE DE TODAS
LAS NOVEDADES DE AIRA

@AIRAFITNESS

@AIRASPORT



MIÉRCOLES

HORA	ACTIVIDAD	DURACION	SALA	TECNICO
7:15	CICLO	45'	CICLO	ALBERTO
8:00	FITBALL	45'	6	MARÍA JOSÉ
8:30	TAICHI	45'	5	ANTONIO E.
8:30	AQUAFITNESS V5	45'	V5	LAURA
9:00	SENIOR	45'	6	MARÍA JOSÉ
9:15	ACO. FISICO	45'	DANCE	ROSA
9:30	CICLO	45'	CICLO	RICARDO
9:30	ZUMBA	45'	2	SANDRA
9:30	AQUAGYM V3	45'	V3	LAURA
9:30	AQUAFITNESS V5	45'	V5	PEDRO ABELLAN
9:30	YOGA	45'	5	ANTONIO EMILIO
10:00	PILATES	45'	6	MARÍA JOSÉ
10:15	BODYPUMP	60'	DANCE	ROSA
10:30	AQUAFITNESS V5	45'	V5	MARISA
10:30	TRX30	30'	2	RICARDO
11:00	ESCUELA ESPALDA	45'	6	ANTONIO E.
11:00	PASEO SALUDABLE	60'	OUTDOOR	SANDRA
12:00	PILATES	45'	6	MARÍA JOSÉ
12:00	AIRA FITBOXING	45'	CICLO	ALBERTO
14:00	FULL BODY RUTINE	45'	2	MARINA
14:30	AIRA FITBOXING	45'	CICLO	RAFI
16:00	PLAY TIME 9-13	45'	2	ÁNGELA
16:00	PLAY TIME 3-8	45'	6	SANDRA
16:00	KARATE INFANTIL 9-13	45'	5	ANTONIO EMILIO
17:00	SUPER AIRA 9-13	45'	DANCE	ÁNGELA
17:00	SUPER AIRA 3-8	45'	2	SANDRA
17:00	KARATE INFANTIL 3-8	45'	5	ANTONIO EMILIO
17:00	CARDIO TRAINING	30'	SALA FITNESS	JOSÉ CARLOS
17:00	PILATES	45'	6	CRISTINA
17:00	GLUTEBUM	45'	2	VIRGINIA
18:00	BODYCOMBAT	60'	2	ANTONIO P.
18:00	BODYPUMP	60'	DANCE	PEDRO MARQUINA
18:00	GAP	30'	6	MARINA
18:00	KARATE	45'	5	ANTONIO EMILIO
18:30	CICLO	45'	CICLO	RAFI
18:30	CORE	20'	6	MARINA
19:00	STEP	45'	2	CRISTINA
19:00	YOGA	45'	5	ANTONIO E.
19:00	PILATES	45'	6	MARÍA JOSÉ
19:15	AQUASTEP	45'	V3	JOSÉ MIGUEL
19:15	ZUMBA	45'	DANCE	PEDRO MARQUINA
19:30	CICLO	45'	CICLO	JOSÉ CARLOS
20:00	FULL BODY RUTINE	50'	2	MARINA
20:00	GAP	30'	6	RICARDO
20:15	AQUAFITNESS V5	45'	V5	PABLO
20:15	BODYPUMP	60'	DANCE	JOSÉ MIGUEL
20:30	AIRA FITBOXING	45'	CICLO	RAFI
21:00	BOXEO	75'	6	CRISTOBAL
21:00	GLUTEBUM	45'	2	MARINA
21:15	AQUAEXPLOSIVE	45'	V5	PABLO

VIERNES

HORA	ACTIVIDAD	DURACION	SALA	TECNICO
7:15	CICLO VIRTUAL	45'	CICLO	TV
7:15	BODYCOMBAT	60'	DANCE	RAFI
8:00	PILATES	45'	5	ROSA
8:30	AQUAFITNESS V5	45'	V5	LAURA
9:00	CICLO VIRTUAL	45'	CICLO	TV
9:15	ACO. FISICO	45'	DANCE	ROSA
9:15	ESCUELA DE ESPALDA	45'	5	ANTONIO EMILIO
9:30	AQUA STEP V3	45'	V3	PABLO
9:30	ZUMBA	45'	2	SANDRA
10:00	CICLO	45'	CICLO	JOSÉ MIGUEL
10:15	BODYPUMP	60'	DANCE	CRISTINA
10:30	PILATES	45'	6	ROSA
10:30	AQUAFITNESS V5	45'	V5	PABLO
11:00	BODYCOMBAT	60'	DANCE	RAFI
14:00	CICLO VIRTUAL	45'	CICLO	TV
16:00	CICLO VIRTUAL	45'	CICLO	TV
17:00	PILATES	45'	6	PEDRO MARQUINA
18:00	BODYCOMBAT	60'	DANCE	MARINA
18:30	AIRA FITBOXING	45'	6	JOSE CARLOS
19:00	BODYPUMP	60'	DANCE	MARINA
19:15	AQUAFITNESS V5	45'	V5	PABLO
20:00	CICLO	45'	CICLO	JOSÉ CARLOS

JUEVES

HORA	ACTIVIDAD	DURACION	SALA	TECNICO
7:15	BODYPUMP	60'	DANCE	ROSA
7:15	CICLO VIRTUAL	45'	CICLO	TV
8:00	PILATES	45'	5	LIDIA
9:15	CLUB DEL CORREDOR	60'	OUTDOOR	ALBERTO
9:15	BODYPUMP	60'	DANCE	ROSA
9:15	ZUMBA	45'	6	SANDRA
9:30	CICLO	45'	CICLO	LIDIA
9:30	ESCUELA DE ESPALDA	45'	5	ANTONIO EMILIO
9:30	AQUAEROBIC V3	45'	V3	PEDRO ABELLÁN
9:30	AQUAFITNESS V5	45'	V5	MARISA
10:00	FULL BODY RUTINE	50'	2	ANTONIO P.
10:30	AQUAFITNESS V5	45'	V5	PEDRO ABELLÁN
10:30	AQUAGYM V3	45'	V3	MARISA
10:30	GAP	30'	DANCE	RICARDO
10:30	YOGA	45'	5	ANTONIO EMILIO
11:00	TRX30	30'	2	RICARDO
11:00	PILATES	45'	6	ROSA
12:00	BOXEO	75'	5	CRISTOBAL
12:00	STRETCHING	30'	6	ANTONIO EMILIO
14:00	FULL BODY RUTINE	50'	2	VIRGINIA
14:30	CICLO	45'	CICLO	JOSÉ MIGUEL
16:00	CLUB MTB	120'	OUTDOOR	ALBERTO
16:00	KARATE INFANTIL 3-8	45'	5	ANTONIO EMILIO
16:00	SUPER AIRA 9-13	45'	2	ÁNGELA
16:00	SUPER AIRA 3-8	45'	6	SANDRA
16:30	ZUMBA	45'	DANCE	RAFI
17:00	KARATE INFANTIL 9-13	45'	5	ANTONIO EMILIO
17:00	PLAY TIME 3-8	45'	2	SANDRA
17:00	PLAY TIME 9-13	45'	6	ÁNGELA
17:30	CARDIO TRAINING	30'	SALA FITNESS	JOSÉ CARLOS
18:00	BODYPUMP	60'	DANCE	RICARDO
18:00	FULL BODY RUTINE	50'	2	ÁNGELA
18:00	ESCUELA DE ESPALDA	45'	6	ANTONIO EMILIO
18:30	CICLO	45'	CICLO	JOSÉ CARLOS
19:00	ESCUELA DE ESPALDA	45'	5	ANTONIO EMILIO
19:00	BODYCOMBAT	60'	2	MARINA
19:00	FITBALL	45'	6	CRISTINA
19:15	AQUAEROBIC V3	45'	V3	CRISTOBAL
19:15	ZUMBA	45'	DANCE	SANDRA
19:30	CICLO	45'	CICLO	RAFI
19:30	CLUB DEL CORREDOR	60'	OUTDOOR	JOSÉ MIGUEL
20:00	GAP	30'	2	VIRGINIA
20:00	PILATES	45'	6	CRISTINA
20:00	BALANCE	60'	5	MARINA
20:15	BODYPUMP	60'	DANCE	RICARDO
20:15	AQUAFITNESS V5	45'	V5	CRISTOBAL
20:30	TRX30	30'	2	VIRGINIA
20:30	AIRA FITBOXING	45'	CICLO	RAFI
21:15	BOXEO	75'	6	CRISTOBAL
21:15	FULL BODY RUTINE	50'	2	VIRGINIA

SÁBADO

HORA	ACTIVIDAD	DURACION	SALA	TECNICO
9:30	CICLO VIRTUAL	45'	CICLO	TV
10:00	BODYPUMP	60'	DANCE	PEDRO MAQUINA
11:00	CICLO	45'	CICLO	PEDRO MAQUINA
12:00	PILATES	45'	6	Mº JOSÉ

DOMINGO

HORA	ACTIVIDAD	DURACION	SALA	TECNICO
10:00	FULL BODY RUTINE	60'	DANCE	PEDRO MARQUINA
11:00	CICLO	45'	CICLO	RICARDO
12:00	ZUMBA	45'	2	PEDRO MARQUINA

HORARIO SALA FITNESS

LUNES A VIERNES DE 07:00H A 22:30H

SABADOS DE 08:00H A 20:30H

DOMINGOS Y FESTIVOS DE 08:00H A 13:30H

TODAS LAS ACTIVIDADES SE IMPARTIRAN SIEMPRE QUE HAYA UN MINIMO DE UNA PERSONA