

# HORARIO DE ACTIVIDADES DIRIGIDAS 2009 - Centro Deportivo K-sport

## DEL 15 AL 21 DE MARZO

LUNES		MARTES		MIÉRCOLES		JUEVES		VIERNES	
9:30	♥ STEP 50' MAWI	9:30	♥ TBC 50' ARANCHA	9:30	♥ AEROBIC 50' INMA	9:30	Y BODYPUMP 55' MAWI	9:30	♥ BODYSTEP 55' VANESA
10:30	Y BODYPUMP 55' MAWI	10:30	♥ CICLO 50' ARANCHA	10:30	☯ PILATES 50' INMA	10:30	♥ CICLO 50' VANESA	10:30	☯ BODYBALANCE 55' MAWI
		11:30	♥ G-MAYORES 50' INMA			11:30	♥ G-MAYORES 50' MAWI		
			Y ABS 15' JUAN				Y ABS 15' JOSE GOMEZ		
14:15	♥ CICLO 50' ANTONIO	14:15	Y BODYPUMP 55' INMA	14:15	♥ CICLO 50' ANTONIO	14:15	♥ POWERBOXE 55' MAWI	14:15	♥ CICLO 50' FIERA
				14:15	♥ BODYSTEP 55' MAWI				
15:10	Y ABS 15' MAWI			15:10	Y ABS 15' JUAN			15:10	Y ABS 15' MAWI
17:30	♥ TBC 50' INMA			17:30	♥ TBC 50' MAWI	17:30	☯ DANZA VIENTRE 80' ESTHER	18:00	♥ BODYSTEP 55' ARANCHA
19:00	♥ ABS 15' JUAN	19:00	☯ BODYBALANCE 55' VANESA	19:00	♥ ABS 15' ARANCHA	19:00	☯ PILATES 50' INMA		
19:10	♥ AEROBIC 50' ANGELES	19:10	Y BODYPUMP 55' MAWI	19:10	♥ POWERBOXE 50' MAWI	19:10	♥ STEP 50' ANGELES	19:00	Y BODYPUMP 55' ARANCHA
19:20	♥ CICLO 50' ANTONIO	19:10	♥ CICLO 50' ANGELES	19:20	♥ CICLO 50' ANTONIO	19:10	♥ CICLO 50' FIERA		
20:10	☯ PILATES 50' ARANCHA	20:00	♥ BODYSTEP 55' MAWI	20:10	♥ FREESTYLE 50' ARANCHA	20:00	Y BODYPUMP 55' ARANCHA	20:00	Y ABS 15' JOSE GOMEZ
20:20	Y BODYPUMP 55' VANESA	20:20	♥ CICLO 50' VANESA	20:20	☯ BODYBALANCE 55' VANESA			20:20	♥ CICLO 50' ANTONIO
20:30	♥ CICLO 50' FIERA	20:30	☯ AIKIDO 90' ANTONIO ROALES	20:30	♥ CICLO 50' FIERA	20:30	♥ POWERBOXE 50' INMA	20:30	☯ AIKIDO 90' ANTONIO ROALES
		21:00	Y ABS 15' JOSE GOMEZ			21:00	Y ABS 15' JUAN		
21:20	♥ POWERBOXE 50' MAWI	21:20	♥ CICLO 50' JOSE MANUEL	21:20	Y BODYPUMP 55' ARANCHA	21:20	♥ CICLO 50' ARANCHA		



♥ Actividades cardiovasculares con coreografía	Y♥ Actividades mixtas (cardiovascular+tonificación)	☯ Actividades cuerpo mente
♥ Actividades cardiovasculares de ciclo indoor	Y Actividades de fuerza y resistencia muscular	☯ Danza oriental
♥ Actividades cardiovasculares con saco	Y♥ Actividades mixtas para mayores de 65 años	☯ AIKIDO: Consulta en recepción cuota para la actividad

\* EL HORARIO PODRÁ SER MODIFICADO POR LA DIRECCIÓN

ENVÍANOS TUS SUGERENCIAS A: [sugerencias@ksportalmeria.com](mailto:sugerencias@ksportalmeria.com)