

HORARIO DE ACTIVIDADES DIRIGIDAS 2009 - Centro Deportivo K-sport DEL 8 AL 14 DE MARZO

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

♥ Actividades cardiovasculares con coreografía	♣ T Actividades mixtas (cardiovascular+tonificación)	♣ Actividades cuerpo mente
♥ Actividades cardiovasculares de ciclo indoor	♣ Actividades de fuerza y resistencia muscular	♀ Danza oriental
♥ Actividades cardiovasculares con saco	♥ T 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

