

ABONO ACTIVO DEPORTE | KIROL ABONU AKTIBOA

Del 15 al 19 de septiembre | irailaren 15etik 19ra

LUNES			MARTES			MIÉRCOLES			JUEVES			VIERNES		
ASTELEHENA			ASTEARTEA			ASTEAZKENA			OSTEGUNA			OSTIRALA		
HORA ORDUA	ACTIVIDAD JARDUERA		HORA ORDUA	ACTIVIDAD JARDUERA		HORA ORDUA	ACTIVIDAD JARDUERA		HORA ORDUA	ACTIVIDAD JARDUERA		HORA ORDUA	ACTIVIDAD JARDUERA	
9:10	CICLO INDOOR	60'	9:15	METABOLIC	30'	9:10	CICLO INDOOR	60'	9:15	METABOLIC	30'	9:10	CICLO INDOOR	60'
10:15	BODY PUMP	60'	9:45	TRX EXPRESS	30'	10:15	BODY PUMP	60'	9:45	TRX EXPRESS	30'	10:15	BODY PUMP	60'
11:15	CORE	30'	10:30	ZUMBA	60'	11:15	CORE	30'	10:30	ZUMBA	60'	11:15	YOGA	60'
			11:30	PILATES	60'				11:30	PILATES	60'			
17:30	ZUMBA	45'	17:00	TAI CHI	60'	17:30	ZUMBA	45'						
18:15	POWER CYCLING	75'	18:00	SACO BOX	45'	18:15	POWER CYCLING	75'	18:00	SACO BOX	45'			
18:30	TRX	30'	18:45	METABOLIC	30'	18:30	TRX	30'	18:45	METABOLIC	30'	18:30	BODY PUMP	60'
18:15	BODY COMBAT	45'	18:45	BODY BALANCE	45'	18:15	BODY COMBAT	45'	18:45	BODY BALANCE	45'			
19:00	BODY PUMP	45'	18:45	CICLO KING	75'	19:00	BODY PUMP	45'	18:45	CICLO KING	75'			
19:00	CROSS TRAINING	45'	19:00	KICK BOXING	60'	19:00	CROSS TRAINING	45'	19:00	KICK BOXING	60'			
19:45	PILATES	45'	19:15	TRX	30'	19:45	PILATES	45'	19:15	TRX	30'			
19:45	BAILES LATINOS inic.	45'	19:30	BODY PUMP	60'				19:30	BODY PUMP	60'			
			19:45	BAILES LATINOS	45'									