

# ACTIVIDADES DIRIGIDAS

TEMPORADA 2024/25

## HORARIOS

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
Gimnasia Mant. 9.15 - 10.15	Gimnasia Mant. 9.15 - 10.15	Gimnasia Mant. 9.15 - 10.15	Gimnasia Mant. 9.15 - 10.15	Gimnasia Mant. 9.15 - 10.15
Pilates 10.30 - 11.15	Pilates 10.30 - 11.15	Pilates 10.30 - 11.15	Pilates 10.30 - 11.15	Pilates 10.30 - 11.15
Gimnasia Mant. 11.30 - 12.15	Pilates 11.30 - 12.15	Gimnasia Mant. 11.30 - 12.15	Pilates 11.30 - 12.15	Gimnasia Mant. 11.30 - 12.15
GAP 15.30 - 16.15	Pilates 15.30 - 16.15	GAP 15.30 - 16.15	Pilates 15.30 - 16.15	GAP 15.30 - 16.15
Ento. Aeróbico 16.30 - 17.15	Spining 16.30 - 17.15	Ento. Aeróbico 16.30 - 17.15	Spining 16.30 - 17.15	Ento. Aeróbico 16.30 - 17.15
Pilates 17.30 - 18.15	Pilates 17.30 - 18.15	Pilates 17.30 - 18.15	Pilates 17.30 - 18.15	Pilates 17.30 - 18.15
Trainer 1 18.30 - 19.15	Ento. Funcional/ trx 18.30 - 19.15	Trainer 1 18.30 - 19.15	Ento. Funcional/ trx 18.30 - 19.15	Trainer 1 18.30 - 19.15
Trainer 2 19.30 - 20.15	Spining 19.30 - 20.15	Trainer 2 19.30 - 20.15	Spining 19.30 - 20.15	Trainer 2 19.30 - 20.15
Ento. Aeróbico 20.30 - 21.15	Spining 20.30 - 21.15	Ento. Aeróbico 20.30 - 21.15	Spining 20.30 - 21.15	Ento. Aeróbico 20.30 - 21.15

Más información

[acidesa.es](http://acidesa.es)

