

CURSOS DE SALA

	<i>LUNES</i>	<i>MARTES</i>	<i>MIÉRCOLES</i>	<i>JUEVES</i>	<i>VIERNES</i>
09:30-10:30	ACONDICIONAMIENTO FÍSICO	ACONDICIONAMIENTO FÍSICO	ACONDICIONAMIENTO FÍSICO	ACONDICIONAMIENTO FÍSICO	ACONDICIONAMIENTO FÍSICO
10:45-11:45	GERONTOGIMNASIA	GAP (10:45-11:30)	GERONTOGIMNASIA	GAP (10:45-11:30)	GERONTOGIMNASIA
12:00-12:45	QUEMA-GRASA	PILATES (11:30-12:15)	QUEMA-GRASA	PILATES (11:30-12:15)	QUEMA-GRASA
18:30-19:00	ABDOMEN-ESTIRAMIENTOS	ABDOMEN-ESTIRAMIENTOS	ABDOMEN-ESTIRAMIENTOS	ABDOMEN-ESTIRAMIENTOS	ABDOMEN-ESTIRAMIENTOS
19:00-19:45	QUEMA-GRASA	PILATES	QUEMA-GRASA	PILATES	QUEMA-GRASA
20:00-20:45	AERÓBIC	BODY-PUMP	AERÓBIC	BODY-PUMP	AERÓBIC
20:45-21:30	PILATES	GAP	PILATES	GAP	PILATES