

HORARIO ACTIVIDADES NOVIEMBRE 2012

LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
HORARIO DE PILATES LUNES Y MIERCOLES 16:15 A 17:15 (DURANTE ESTAS HORAS EL GIMNASIO PERMANECERA CERRADO HASTA ACABAR LA CLASE)			1 CERRADO DIA DE TODOS LOS SANTOS	2 CERRADO POR FORMACION
5 AEROBIC 	6 P.E.B. (pecho/espalda/b razos) 	7 STEP 	8 G.A.P. 	9 QUEMAGRASA
12 FIT BALL  	13 AEROBOX  	14 STEP 	15 CARDIO-TONIC  	16 AEROBIC 
19 BODY PUMP 	20 AERO LATINO 	21 TONO BANDAS 	22 STEP+PESAS  	23 QUEMAGRASAS 
26 CARDIO-TONIC  	27 SORPRESA  	28 FIT BALL 	29 G.A.P. 	30 AEROBIC 

CICLO INDOOR



LUNES	MARTES	MIERCOL.	JUEVES	VIERNES
9:30		9:30		9:30
	15:30		16:00	15:15
19:30	19:30	19:30	19:30	

IMPORTANTE:

- Por razones de higiene traer toalla
- Las clases se realizaran con un minimo de 3 personas
- Las bicicletas se ocuparan por orden de llegada .

RECORDAD: Durante las horas de ciclo del medio dia sólo se impartira esta actividad