Impala Center 99,95%

HORARIO ACTIVIDADES DIRGIDAS

	LUNES			MARTES			MIÉRCOLES			JUEVES			VIERNES		
	TATAMI	CÉSPED	PISCINA	SALA 1	SALA 2	PISCINA	SALA 1	SALA 2	PISCINA	SALA 1	SALA 2	PISCINA	SALA 1	SALA 2	PISCINA
7:00															
7:15			NATACIÓN ADULTOS 7:00 - 8:00			NATACIÓN ADULTOS 7:00 - 8:00			NATACIÓN ADULTOS 7:00 - 8:00			NATACIÓN ADULTOS 7:00 - 8:00			NATACIÓN ADULTOS 7:00 - 8:00
7:30															
7:45															
8:00															
8:15															
8:30							SUELO PELVICO 8:30-9:20						SUELO PELVICO 8:30-9:20		
8:45															
9:00															
9:15						AQUA GYM 9:15 - 10:15									
9:30		FUNCIONAL 9:30 - 10:30						FUNCIONAL 9:30 - 10:30				AQUA GYM 9:15 - 10:15			
9:45															
10:00															
10:15			AQUA 60 10:10 - 11:00			AQUA 60 10:10 - 11:00			AQUA 60 10:10 - 11:00			AQUA 60 10:10 - 11:00			AQUA 60 10:10 - 11:00
10:30	PILATES 10:30 - 11:30			YOGA 10:30 - 11:30			PILATES 10:30 - 11:30			YOGA 10:30 - 11:30					
10:45															
11:00															
11:15															
11:30															
11:45		HIPOPRESIVOS 11:30 - 12:30			LITT 11:30-12:30			HIPOPRESIVOS 11:30 - 12:30			LITT 11:30-12:30				
12:00															
12:15															
12:30						AQUATERAPIA 12:30 - 13:30	STRETCH-LOOP 12:30-13:30					AQUATERAPIA 12:30 - 13:30	STRETCH-LOOP 12:30-13:30		
12:45															
13:00															
13:15			AQUATERAPIA 13:15 - 14:15						AQUATERAPIA 13:15 - 14:15						
13:30		TRX 13:30 - 14:30		PREVENCIÓN DE LESIONES 13:30 - 14:30				TRX 13:30 - 14:30		PREVENCIÓN DE LESIONES 13:30 - 14:30					
13:45															
14:00															
14:15			AQUA EMBARAZO 14:15 - 15:00						AQUA EMBARAZO 14:15 - 15:00						
14:30		CIRCUIT TRAINING 14:30 - 15:30			FUNCIONAL 14:30 - 15:30	NATACIÓN ADULTOS 14:30 - 15:30		CIRCUIT TRAINING 14:30 - 15:30			FUNCIONAL 14:30 - 15:30	NATACIÓN ADULTOS 14:30 - 15:30			
14:45															
15:00															
15:15															
15:30			AQUAGYM 15:30 - 16:30			AQUAGYM 15:30 - 16:30			AQUAGYM 15:30 - 16:30			AQUAGYM 15:30 - 16:30			AQUAGYM 15:30 - 16:30
15:45															
16:00															
16:15															
16:30															
16:45															
17:00															
17:15															
17:30															
17:45															
18:00															
18:15															
18:30															
18:45															
19:00															
19:15															
19:30															
19:45															
20:00															
20:15															
20:30				PILATES 20:30 - 21:30		AQUATERAPIA 20:30 - 21:30		GOLD DANCE 20:30 - 21:30		PILATES 20:30 - 21:30		AQUATERAPIA 20:30 - 21:30		GOLD DANCE 20:30 - 21:30	
20:45															
21:00			AQUAGYM 21:00 - 22:00				YOGA 20:45-21:45		AQUAGYM 21:00 - 22:00						
21:15	YOGA 20:45-21:45														
21:30															
21:45															
22:00															