

**POLIDEPORTIVO CERRO DEL TELÉGRAFO**






HORARIO	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
10:00 - 10:50	Cardiotonic (ALVARO B.)	Funcional Fit (ALEJANDRO)	Cardio Box (ALVARO B.)	Body Fit (ALEJANDRO)	Circuit Fit (MARIELA)		Gimnasio Iniciación (MARCOS)
11:00 - 11:50							Global Balance (MARCOS)
17:00 - 17:50							
18:00 - 18:50	Aerozumba (ESMERALDA)	Pilates Iniciación (RÁUL A.)	Latino Fit (ESMERALDA)	CORE (RÁUL A.)	Pilates Iniciación (SANDRA)		
19:00 - 19:50	Latino Fit (ESMERALDA)	Cardio Box (RAUL A.)	Aerozumba (ESMERALDA)	Cardiotonic (RÁUL A.)	Pilates Iniciación (SANDRA)		
20:00 - 20:50	Steptonic (ANGÉLICA.)	Funcional Fit (RÁUL A.)	Body Fit (ANGÉLICA)	Cardio Box (RÁUL A.)			

**POLIDEPORTIVO PARQUE SURESTE**

HORARIO	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
10:00 - 10:50		Aerozumba (ESMERALDA)		Aerozumba (ESMERALDA)		Aerozumba (MARIELA)	
11:00 - 11:50						Circuit Fit (MARIELA)	
17:00 - 17:50		Body Fit (ANGÉLICA)		Aerozumba (ESMERALDA)			
18:00 - 18:50	Pilates Iniciación (BEA)	Aerozumba (ESMERALDA)	Pilates Iniciación (BEA)	Cardiotonic (ESMERALDA)	Urban Fit (JUNIOR)		
19:00 - 19:50	Cardiotonic (ALVARO B.)	Global balance (MARTA E.)	Cardiotonic (ALVARO B.)	Aerozumba 2.0 (ESMERALDA)	Latino Fit (JUNIOR)		
20:00 - 20:50	Pilates Iniciación (BEA)	Latino Fit (ESMERALDA)	CORE (ALEJANDRO)	Latino Fit (ESMERALDA)	Urban Fit (JUNIOR)		

\* Por necesidades del servicio la organización de las actividades y/o del personal docente deportivo puede sufrir modificaciones.

Actualizado ABRIL  
2024

CARDIO 	AFG (ACONDICIONAMIENTO FÍSICO GENERAL) 	TONIFICACIÓN 	MENTE Y CUERPO 	SALUD 	BAILE 
---	---	--	---	--	--