

## ACTIVIDADES DIRIGIDAS 2008/09

	Horario		Profesor/a	Espacio
<b>LUNES</b>	10:00 h.-12:30 h.	Gimnasia Suave	Carmen Schmitd	Sala Polivalente
	11:10 h.-12:00 h.	Aqua tonning Wellness	Isa Xavier	Piscina
	12:00 h.-12:30 h.	Aqua Strech Wellness	Isa Xavier	Jacuzzi
	14:20 h.-15:10 h.	Aqua Steps Wellness	Isa Xavier	Piscina
	18:30 h.- 19:00 h.	Gluteos y Abdominales	Isa Xavier	Sala Polivalente
	19:10 h.-20:00 h.	Aero Tono	Isa Xavier	Sala Polivalente
	20:10 h.-21:00 h.	Pilates	Isa Xavier	Sala Polivalente
<b>MARTES</b>	11:00 h.-12:30 h.	Yoga	Consol Morato	Sala Polivalente
	13:30 h.-15:30 h.	Tai-Txí	Lucciano Vida	Sala Polivalente
	17:15 h.-18:05 h.	Jazz-Danza 6-8 años*	Elisabeth Gomez	Sala Polivalente
	18:10 h.-19:05 h.	Jazz-Danza 9-12 años*	Elisabeth Gomez	Sala Polivalente
	19:15 h.-20:05 h.	Condicionamiento Total Cuerpo (TBC)	Isa Xavier	Sala Polivalente
	20:15 h.-21:05 h.	Aero-Dance	Isa Xavier	Sala Polivalente
	21:10 h.-22:00 h.	Entrenamiento Físico Adulto	Isa Xavier	Sala Polivalente
<b>MIÉRCOLES</b>	10:00 h.- 12:30 h.	Gimnasia Suave	Carmen Schmitd	Sala Polivalente
	11:10 h.-12:00 h.	Aqua Toning Wellness	Isa Xavier	Piscina
	12:00 h.-12:30 h.	Aqua Strech Wellness	Isa Xavier	Jacuzzi
	14:20 h.-15:10 h.	Aqua Steps Wellness	Isa Xavier	Piscina
	18:30 h.-19:00 h.	Gluteos y Abdominales	Isa Xavier	Sala Polivalente
	19:10 h.-20:00 h.	Aero Tono	Isa Xavier	Sala Polivalente
	20:10 h.-21:00 h.	Fitball Class	Isa Xavier	Squash
	21:30 h.-22:20 h.	Educación Postural	Isa Xavier	Sala Polivalente
<b>JUEVES</b>	11:00 h.-12:30 h.	Yoga	Consol Morato	Sala Polivalente
	17:15 h.-18:05 h.	Jazz-Danza 6-8 años*	Elisabeth Gómez	Sala Polivalente
	18:10 h.-19:05 h.	Jazz-Danza 9-12 años*	Elisabeth Gómez	Sala Polivalente
	19:15 h.-20:05 h.	Condicionamiento Total Cuerpo (TBC)	Isa Xavier	Sala Polivalente
	20:15 h.-21:05 h.	Aero-Dance	Isa Xavier	Sala Polivalente
	21:10 h.-22:00 h.	Entrenamiento Físico Adulto	Isa Xavier	Sala Polivalente
<b>VIERNES</b>	10:00 h.-12:30 h.	Gimnasia Suave	Carmen Schmitd	Sala Polivalente
	18:00 h.-18:50 h.	Fitball Class	Isa Xavier	Sala Polivalente
	19:00 h.-19:50 h.	Pilates	Isa Xavier	Sala Polivalente
<b>SÁBADO</b>	12:15 h.-13:05 h.	Aqua Power	Aida	Piscina

**Cuota única pra todas las actividades 17 €/mes**  
excepto\*

\*

**Actividades dirigidas no incluidas en la cuota:**

Jazz-Danza Infantil: Precio: 21 €/mes (socio); 42 €/mes (familiar)

**(El club se reserva el derecho de suspender aquella actividad que no reuna un mínimo necesario de inscritos)**