

ACTIVIDADES DIRIGIDAS MAYO 2017

HORARIO	SÁBADO	DOMINGO	HORARIO	SÁBADO	DOMINGO
10:00 a 11:00	PILATES		10:00 a 13:30	NATACIÓN INFANTIL: BABY SWIMMERS LITTLE SWIMMERS THE SWIMMERS	
11:00 a 12:00	AERODANCE			12:30 a 13:30	NATACIÓN TERAPÉUTICA
12:00 a 13:00	TONIFICACIÓN				

HORARIO	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
18:45 a 19:45	NATACIÓN ADULTO	NATACIÓN TERAPÉUTICA	NATACIÓN ADULTO	NATACIÓN TERAPÉUTICA	NATACIÓN ADULTO
19:15 a 20:15		NATACIÓN PRE-POST PARTO		NATACIÓN PRE-POST PARTO	
19:45 a 20:45	AQUAFITNESS (20:00-21:00)	NATACIÓN ADULTO	AQUAFITNESS (20:00-21:00)	NATACIÓN ADULTO	



CLUB POLIDEPORTIVO SANTA MARÍA LA BLANCA

Club Polideportivo Santa María la Blanca

917 508 962 Ext. 6

L-V: 16:30 - 22:00

club@c.smb.es

S-D: 10:00 - 14:00

ACTIVIDADES DIRIGIDAS MAYO 2017

HORARIO	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
17:35 a 18:35	PILATES	DEFENSA PERSONAL	PILATES	DEFENSA PERSONAL	PILATES
17:35 a 18:35	TONIFICACIÓN	MUSIC BODY TRAINNING	TONIFICACIÓN	MUSIC BODY TRAINNING	TONIFICACIÓN
18:35 a 19:35	CROSTRAINNING	PILATES	CROSTRAINNING	PILATES	CROSTRAINNING
18:35 a 19:35	DEFENSA PERSONAL	TONIFICACIÓN	DEFENSA PERSONAL	TONIFICACIÓN	
19:35 a 20:35	CORE STABILITY ESPALDA SANA	PILATES	CORE STABILITY ESPALDA SANA	PILATES	
19:35 a 20:35	AERODANCE	CROSTRAINNING	AERODANCE	CROSTRAINNING	AERODANCE
20:00 a 21:00		TONIFICACIÓN		TONIFICACIÓN	ENTRENAMIENTO FUNCIONAL
20:00 a 21:00		AERODANCE		AERODANCE	
20:35 a 21:35	PILATES	ENTRENAMIENTO EXPRESS (21:00-21:30)	PILATES	ENTRENAMIENTO EXPRESS (21:00-21:30)	PILATES
20:35 a 21:35	ENTRENAMIENTO FUNCIONAL		TONIFICACIÓN		



CLUB POLIDEPORTIVO SANTA MARÍA LA BLANCA

Club Polideportivo Santa María la Blanca

917 508 962 Ext. 6

L-V: 16:30 - 22:00

club@c.smb.es

S-D: 10:00 - 14:00

ACTIVIDADES DIRIGIDAS MAYO 2017



CLUB POLIDEPORTIVO SANTA MARÍA LA BLANCA

Club Polideportivo Santa María la Blanca

917 508 962 Ext. 6

L-V: 16:30 - 22:00

club@c.smb.es

S-D: 10:00 - 14:00