



SALA 1



SALA 2



SALA DE SPINNING



CANCHAS



HORA



SALA/SECTOR

LUNES

	08:00	09:00	10:00	11:00	14:00	15:00	16:00	17:00	18:00	19:00	20:00	21:00
1	HIGIENE DE COLUMNA		PILATES			PILATES		LOCAL POWER	PILATES	ZUMBA		
2	YOGA				17:30 COREO DANCE 7 A 12		18:10 ZUMBA KIDS 4 A 6		YOGA			
S	08:30 INDOOR CYCLING+LOCAL		INDOOR CYCLING+HIT		INDOOR CYCLING ADOL.		INDOOR CYCLING		20:15 INDOOR CYCLING+ABS			
C1	FUNCIONAL		HANDBALL INFANTIL		HANDBALL JUVENIL		VOLLEY JÓVENES		VOLLEY SOCIAL			
C2												

MARTES

	08:00	09:00	10:00	11:00	14:00	15:00	16:00	17:00	18:00	19:00	20:00	21:00
1	PILATES			CARDIO FIT + ADULTO		PILATES POWER		GAP	HIT	FUNCIONAL		
2	8:30 INDOOR CYCLING+LOCAL		INDOOR CYCLING+GAP		GIMNASIA RECREATIVA 3 A 5		TAEKWONDO 4 A 9		TAEKWONDO +10		AERO LOCAL	
S	8:30 INDOOR CYCLING+LOCAL		INDOOR CYCLING+GAP		INDOOR CYCLING +FUNCIONAL		INDOOR CYCLING		INDOOR CYCLING			
C1	DEPORTE SOCIAL 6 A 8		ESCUELA HOCKEY		ESCUELA HOCKEY		BASKET JUVENIL		BASKET SOCIAL			
C2											FÚTBOL SOCIAL	

MIÉRCOLES

	08:00	09:00	10:00	11:00	14:00	15:00	16:00	17:00	18:00	19:00	20:00	21:00
1	HIGIENE DE COLUMNA		PILATES			PILATES		LOCAL POWER	PILATES	ZUMBA		
2	17:30 TELAS 5 A 7		18:15 TELAS 8 A 12		19:10 TELAS ACRO		YOGA					
S	08:30 INDOOR CYCLING+LOCAL		17:10 INDOOR CYCLING+HIT		INDOOR CYCLING		20:15 INDOOR CYCLING+ABS					
C1	FUNCIONAL		HANDBALL INFANTIL		HANDBALL JUVENIL		VOLLEY JÓVENES		VOLLEY SOCIAL			
C2											HANDBALL SOCIAL	

JUEVES

	08:00	09:00	10:00	11:00	14:00	15:00	16:00	17:00	18:00	19:00	20:00	21:00
1	PILATES			CARDIO FIT + ADULTO		PILATES POWER		GAP	HIT	FUNCIONAL		
2	8:30 SPINNING + LOCAL		INDOOR CYCLING+GAP		GIMNASIA RECREATIVA 3 A 5		TAEKWONDO 4 A 9		TAEKWONDO +10		AERO LOCAL	
S	8:30 SPINNING + LOCAL		INDOOR CYCLING+GAP		INDOOR CYCLING +FUNCIONAL		INDOOR CYCLING		INDOOR CYCLING			
C1	DEPORTE SOCIAL 6 A 8		ESCUELA HOCKEY		ESCUELA HOCKEY		BASKET JUVENIL		BASKET SOCIAL			
C2											FÚTBOL SOCIAL	

VIERNES

	08:00	09:00	10:00	11:00	14:00	15:00	16:00	17:00	18:00	19:00	20:00	21:00
1	PILATES POSTURAL		PILATES + YOGA			LOCAL POWER		PILATES	ZUMBA			
2	YOGA				17:30 COREO DANCE 7 A 12		18:15 ZUMBA KIDS 4 A 6		20:15 INDOOR CYCLING+ABS			
S	INDOOR CYCLING+HIT		INDOOR CYCLING		INDOOR CYCLING		20:15 INDOOR CYCLING+ABS					
C	FUNCIONAL											

SÁBADO

	08:00	09:00	10:00	11:00	14:00	15:00	16:00	17:00	18:00	19:00	20:00	
1	LOCAL POWER			TELAS 8 A 12		TELAS 5 A 7		INDOOR CYCLING				
2	TELAS 8 A 12		TELAS 5 A 7		INDOOR CYCLING							
S	INDOOR CYCLING											

*HORARIOS SUJETOS A MODIFICACIONES | *LAS ACTIVIDADES QUE NO COMIENZAN "EN PUNTO" ESPECIFICAN SU HORARIO DE COMIENZO
*RESERVÁ TU CUPO

SALA DE MUSCULACIÓN
LUN A VIE | 7:00H A 12:00H Y 14:00H A 22:00H
SÁB | 8:00H A 14:00H



LUNES

	08:00	09:00	10:00	11:00	14:00	15:00	16:00	17:00	18:00	19:00	20:00	21:00
V	INGRESO A VESTUARIO 15 MINUTOS ANTES DEL INICIO DE CLASE											
P	8:00 AQUA FULL 8:45	9:15 NATACIÓN ADULTOS 10:00	10:00 ENSEÑANZA ADULTO 10:45	11:15 TERAPIA SALUDABLE 12:00		15:30 NATACIÓN JUVENILES 16:15		17:30 NATACIÓN 3 A 5 18:00	18:30 NATACIÓN 10 Y 11 19:15	19:15 NATACIÓN 12 Y 13 20:00	20:00 HIDRO-GIMNASIA 20:45	
V	SALIDA DE VESTUARIOS HASTA 15 MINUTOS DESPUÉS DE CLASE											

MARTES

	08:00	09:00	10:00	11:00	14:00	15:00	16:00	17:00	18:00	19:00	20:00	21:00
V	INGRESO A VESTUARIO 15 MINUTOS ANTES DEL INICIO DE CLASE											
P		9:00 HIDRO-GIMNASIA 9:45		11:15 HIDRO-GIMNASIA 12:00	14:05 CLASE COLEGIO 14:55	14:55 CLASE COLEGIO 15:45	16:15 ENTRENAMIENTO NATACIÓN 17:00	17:30 NATACIÓN 8 Y 9 18:15	17:55-18:25 NATACIÓN 3 A 5 18:15-19:00 NATACIÓN 6 y 7	19:00 NATACIÓN JUVENILES 19:45	20:00 FUNCIONAL ACUÁTICO 20:50	21:00 NATACIÓN ADULTOS 21:45
V	SALIDA DE VESTUARIOS HASTA 15 MINUTOS DESPUÉS DE CLASE											

MIÉRCOLES

	08:00	09:00	10:00	11:00	14:00	15:00	16:00	17:00	18:00	19:00	20:00	21:00
V	INGRESO A VESTUARIO 15 MINUTOS ANTES DEL INICIO DE CLASE											
P	8:00 AQUA FULL 8:45	9:45 CLASE COLEGIO 10:30	10:30 CLASE COLEGIO 11:15		13:45 CLASE COLEGIO 14:15	14:15 CLASE COLEGIO 14:45	14:45 CLASE COLEGIO 15:15	15:45 CLASE COLEGIO 16:15	17:50 NATACIÓN 6 y 7 18:30	19:15 NATACIÓN ADULTOS 20:00	20:00 HIDRO-GIMNASIA 20:45	
V	SALIDA DE VESTUARIOS HASTA 15 MINUTOS DESPUÉS DE CLASE											

JUEVES

	08:00	09:00	10:00	11:00	14:00	15:00	16:00	17:00	18:00	19:00	20:00	21:00
V	INGRESO A VESTUARIO 15 MINUTOS ANTES DEL INICIO DE CLASE											
P		9:00 HIDRO-GIMNASIA 9:45		11:15 HIDRO-GIMNASIA 12:00	14:05 CLASE COLEGIO 14:55	14:55-15:45 C.COLEGIO 15:30	16:15 ENTRENAMIENTO NATACIÓN	17:30 NATACIÓN 8 Y 9 18:15	17:55-18:25 NATACIÓN 3 A 5 18:15-19:00 NATACIÓN 6 y 7	19:00 NATACIÓN JUVENILES 19:45	20:00 FUNCIONAL ACUÁTICO 21:00	21:00 NATACIÓN ADULTOS 21:45
V	SALIDA DE VESTUARIOS HASTA 15 MINUTOS DESPUÉS DE CLASE											

VIERNES

	08:00	09:00	10:00	11:00	14:00	15:00	16:00	17:00	18:00	19:00	20:00	21:00
V	INGRESO A VESTUARIO 15 MINUTOS ANTES DEL INICIO DE CLASE											
P	8:00 AQUA FULL 8:45	9:15 NATACIÓN ADULTOS 10:00	10:00 ENSEÑANZA ADULTO 10:45	11:15 TERAPIA SALUDABLE 12:00	13:15 CLASE COLEGIO 13:45	13:45 CLASE COLEGIO 14:15	14:40 CLASE COLEGIO 15:25	15:25 CLASE COLEGIO 16:20	17:30-18:00 NATACIÓN 3 A 5 17:50-18:30 NATACIÓN 6 Y 7	18:30 NATACIÓN 10 Y 11 19:15	19:15 NATACIÓN 12 Y 13 20:00	20:00 HIDRO-GIMNASIA 20:45
V	SALIDA DE VESTUARIOS HASTA 15 MINUTOS DESPUÉS DE CLASE											

SÁBADO

	08:00	09:00	10:00	11:00	14:00	15:00	16:00	17:00	18:00	19:00	20:00	21:00
V	INGRESO A VESTUARIO 15 MINUTOS ANTES DEL INICIO DE CLASE											
P		9:15 MATRO-NATACIÓN 10:00	10:15 MATRO-NATACIÓN 11:00	11:15-12:15 12:30-13:30 PISCINA LIBRE FAMILIAR								
V	SALIDA DE VESTUARIOS HASTA 15 MINUTOS DESPUÉS DE CLASE											

HORARIO DE PISCINA LIBRE
LUNES A VIERNES 7:00H A 17:00H Y 19:15 A 22:00H
SÁBADO 8:00H A 16:00H

FÚTBOL SOCIAL