

ESCUELAS DEPORTIVAS ADULTOS. TEMPORADA 2019/2020

ACTIVIDAD DEPORTIVA	GRUPO	DIAS	HORAS	LUGAR	Mín / Máx
AEROBIC	ÚNICO	Lunes, Miércoles y Viernes	10:00 a 11:00	Pabellón	25 / 45
ZUMBA	ÚNICO	Lunes, Miércoles y Viernes	20:00 a 21:00	Alejandría	25 / 40
GIMNASIA MANTENIMIENTO	DE MAÑANA	Lunes, Miércoles y Viernes	11:00 a 12:00	Pabellón	25 / 40
	DE TARDE	Lunes, Miércoles y Viernes	18:00 a 19:00	Centro Ocio	15 / 25
FITNESS COMBINADO	ÚNICO	Lunes, Miércoles y Viernes	19:00 a 20:00	Centro Ocio	15 / 25
GIMNASIA HIPOPRESIVA	A	Martes y Jueves	18:00 a 19:00	Museo del Farol	8/16
	B	Lunes y Jueves	10:00 a 11:00	Museo del Farol	8/16
CROSSTRAINING	ÚNICO	Lunes y Miércoles	20:30 a 21:30	Centro Ocio	15/25
BADMINTON	ÚNICO	Martes y Jueves	20:30 a 21:30	Pabellón	12 / 20
BAILE LATINO	NIVEL 1	Martes	20:00 a 22:00	Centro Ocio	12 / 24
	NIVEL 0	Viernes	20:00 a 22:00	Centro Ocio	12 / 24
YOGA	A	Lunes y Miércoles	18:00 a 19:00	Centro Día (S.Actos/Arriba)	15 / 22
	B	Lunes y Miércoles	19:00 a 20:00	Centro Día (S.Actos/Arriba)	15 / 22
	C	Martes y Jueves	19:30 a 20:30	Centro Día (Arriba)	15 / 22
	D	Lunes y Miércoles	20:00 a 21:00	Centro Día (S.Actos/Arriba)	15 / 22
	E	Martes y Jueves	10:00 a 11:00	Centro Día (S.Actos)	15 / 22
PILATES	A	Lunes y Miércoles	10:00 a 11:00	Centro Día (S. Actos)	15 / 25
	B	Lunes y Miércoles	11:00 a 12:00	Centro Día (S. Actos)	15/ 25
	C	Lunes y Miércoles	12:00 a 13:00	Centro Día (S. Actos)	15 / 25
	D	Martes y Jueves	18:00 a 19:00	Centro Día (S. Actos)	15 / 25
	E	Martes y Jueves	19:00 a 20:00	Centro Día (S. Actos)	15 / 25
	F	Martes y Jueves	20:00 a 21:00	Centro Día (S. Actos)	15 / 25
	G	Lunes y Miércoles	20:00 a 21:00	Centro Día (Arriba)	15 / 25

Otros Cursos					Contacto
KICKBOXING	Niños	Lunes y Miércoles	19:00 a 20:00	MUSEO FAROL	Diego: 606 93 53 32
	Adultos	Martes y Jueves	20:00 a 21:30	MUSEO FAROL	
TAI CHI	Adultos	Miercoles y Viernes	10:00 a 11:00	MUSEO FAROL	
	Todas edades	Lunes y Miércoles	20:30 a 21:30	MUSEO FAROL	
DEFENSA PERSONAL	Todas edades	Viernes	20:00 a 22:00	MUSEO FAROL	
KARATE	Jóvenes y Adultos	Lunes y Miércoles	20:00 a 21:30	PEDRO I	Mikel: 669 43 30 94
PADEL	Todas edades	Concretar	Mañana/Tarde	PISTA PADEL	Santi: 633 97 11 36