



ACTIVIDADES DIRIGIDAS

JAURODERA GIDATUAK

PLANILLA ACTIVIDADES VERANO 2018
(16 de julio a 30 de septiembre)

	SALA 1 / IARETOA			SALA SOTANO / SOTO ARETOA		
	HORA ORDUA	ACTIVIDAD JARDUERA	DURACIÓN IRAUPENA	HORA ORDUA	ACTIVIDAD JARDUERA	DURACIÓN IRAUPENA
LUNES ASTELEHENA	10:30	ZUMBA	60'	9:15	POWER CYCLING	75'
				14:00	PUMP & CYCLING	60'
	18:30	PILATES	60'			
	19:30	COMBO	45'	19:00	FUNCIONAL	60'
	20:15	BODYPUMP	60'	20:15	SPINNING	60'
MARTES ASTEARTEA	9:30	BODYPUMP	60'			
	10:30	PILATES	60'			
	17:30	BODYPUMP	60'			
	18:30	ZUMBA	45'			
	19:15	CROSSTRAIN	45'			
	20:15	BAILES LATINOS	60'	20:15	POWER CYCLING	75'
MIÉRCOLES ASTEAZKENA	10:30	ZUMBA	60'	9:15	POWER CYCLING	75'
				14:00	PUMP & CYCLING	60'
	18:30	PILATES	60'			
	19:30	COMBO	45'	19:00	FUNCIONAL	60'
	20:15	BODYPUMP	60'	20:15	SPINNING	60'
JUEVES OSTEGUNA	9:30	BODYPUMP	60'			
	10:30	PILATES	60'			
	17:30	BODYPUMP	60'			
	18:30	ZUMBA	45'			
	19:15	CROSSTRAIN	45'			
	20:15	BAILES LATINOS	60'	20:15	POWER CYCLING	75'
VIERNES OSTIRALA				9:00	SPINNING	60'
	10:00	COMBO	60'			

DEL 16 DE JULIO AL 30 DE SEPTIEMBRE | UZTAILAREN 16 - TIK IRAILAREN 30 ARTE