



PLANILLA ACTIVIDADES TEMPORADA (1 octubre a 30 de junio)

	SALA 1 / I.ARETOA			SALA SOTANO / SOTO ARETOA			SALA SPINNING / GELA		
	HORA ORDUA	ACTIVIDAD JARDUERA	DURACIÓN IRAUPENA	HORA ORDUA	ACTIVIDAD JARDUERA	DURACIÓN IRAUPENA	HORA ORDUA	ACTIVIDAD JARDUERA	DURACIÓN IRAUPENA
LUNES ASTELEHENA	10:30	ZUMBA	60'	9:30	ARTIKURA	45'	9:15	POWER CYCLING	75'
	14:00	BODY PUMP	60'						
	17:45	COMBO	45'				17:45	POWER CYCLING	75'
	18:30	GAP CORE	45'						
	19:15	PILATES	60'	19:10	FUNCIONAL	60'			
	20:15	BODY PUMP	60'				20:15	SPINNING	60'
MARTES ASTEARTEA	9:30	BODYPUMP	60'						
	10:30	PILATES	60'						
	17:30	BODYPUMP	60'				14:00	SPINNING	45'
	18:30	ZUMBA	60'	18:30	YOGA	60'			
	19:45	CROSSTRAIN	45'	19:30	BAILES LATINOS INICIACIÓN	60'	19:45	POWER CYCLING	75'
	20:30	BAILES LATINOS AVANZADO	60'						
MIÉRKOLES ASTEAKAZKENA	10:30	ZUMBA	60'				9:15	POWER CYCLING	75'
	14:00	BODY PUMP	60'						
	17:45	COMBO	45'	10:30	BODY BALANCE	60'	17:45	POWER CYCLING	75'
	18:30	GAP CORE	45'						
	19:15	PILATES	60'	19:10	FUNCIONAL	60'			
	20:15	BODY PUMP	60'				20:15	SPINNING	60'
JUEVES OSTEGUNA	9:30	BODYPUMP	60'						
	10:30	PILATES	60'						
	17:30	BODYPUMP	60'				14:00	SPINNING	45'
	18:30	ZUMBA	60'	18:30	YOGA	60'			
	19:45	CROSSTRAIN	45'				19:45	POWER CYCLING	75'
	20:30	BAILES LATINOS AVANZADO	60'						
VIERNES OSTIRALA	10:30	COMBO	60'				9:30	SPINNING	60'
	18:30	STRONG/ZUMBA	45'						
	19:15	BODY PUMP	60'						
SÁBADO LARUNBATA	10:15	EXPRESS CARDIO	30'						
	10:45	BODY PUMP	60'						