



Anexo III: Programa de actividades actuales

Actualmente se están impartiendo las siguientes:

- Natación iniciación
- Natación perfeccionamiento
- Pilates
- Aquagym
- Cross Training
- TRX / Tono
- Tonificación
- GAP

ACTIVIDADES GRATUITAS SOCIOS/AS

ACTIVIDADES SALA OCTUBRE - MAYO 25/26

HORARIO	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES
11:00 / 11:45	TONO	GAP	PILATES	TRX / TONO
18:30 / 19:15	GAP	TONO	GAP	TONO
19:30 / 20:15	TRX / TONO	CROSSTRaining	TRX / TONO	CROSSTRaining

NIVEL INTESIDADES: SUAVE / MEDIO / ALTO

ACTIVIDADES PISCINA OCTUBRE - MAYO 25/26

HORARIO	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES
11:00 / 11:45	AQUAGYM			ACUAGYM
17:30 / 18:00	NATACIÓN INFANTIL	NATACIÓN INFANTIL	NATACIÓN INFANTIL	NATACIÓN INFANTIL
18:00 / 18:30	NATACIÓN INFANTIL		NATACIÓN INFANTIL	
18:30 / 19:00	NATACIÓN INFANTIL		NATACIÓN INFANTIL	
19:00 / 19:30	NATACIÓN INFANTIL		NATACIÓN INFANTIL	
19:45 / 20:45	NATACIÓN INTRO COMPETICIÓN		NATACIÓN INTRO COMPETICIÓN	

