



HORARIOS DEPORTES INVIERNO 2021

Fitness

ÁREA	EDAD / NIVEL	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO	ESPACIO
LOCALIZADA	16 AÑOS EN ADELANTE MIXTO GRUPO 1	8:00 a 9:00 9:00 a 10:00		8:00 a 9:00 9:00 a 10:00		8:00 a 9:00			Salón Fitness
ELONGACIÓN	16 AÑOS EN ADELANTE MIXTO GRUPO 1	10:00 a 11:00		10:00 a 11:00		9:00 a 10:00	12:00 a 14:00		Salón Fitness
ACONDICIONAMIENTO FÍSICO + FUNCIONAL	16 AÑOS EN ADELANTE MIXTO GRUPO 1	19:00 a 20:00		19:00 a 20:00		19:00 a 20:00			Terraza Sede
ACONDICIONAMIENTO FÍSICO	16 AÑOS EN ADELANTE MIXTO GRUPO 1	20:00 a 21:00		20:00 a 21:00		20:00 a 21:00			Terraza Sede
AERO LOCAL Y FIGHT DO	16 AÑOS EN ADELANTE MIXTO GRUPO 1						11:00 a 12:00 16:00 a 17:00	11:00 a 12:00	Salón Fitness
TOTAL GYM	16 AÑOS EN ADELANTE MIXTO GRUPO 1		19:00 a 20:00		19:00 a 20:00				Salón Fitness
PREPARACIÓN FÍSICA FUNCIONAL	16 AÑOS EN ADELANTE MIXTO GRUPO 1	8:30 a 9:30		8:30 a 9:30		8:30 a 9:30			Hockey 1
LOCAL	16 AÑOS EN ADELANTE MIXTO GRUPO 1	18:00 a 19:00	18:00 a 19:00	18:00 a 19:00	18:00 a 19:00	18:00 a 19:00			Salón Fitness
LEVANTAMIENTO OLÍMPICO	12 AÑOS EN ADELANTE MIXTO GRUPO 1	17:00 a 18:30		17:00 a 18:30					Gimnasio Musculación Federados



HORARIOS DEPORTES INVIERNO 2021

Fitness

ÁREA	EDAD / NIVEL	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO	ESPACIO
INDOOR CYCLING <i>Reserva Previa</i>	16 AÑOS EN ADELANTE MIXTO GRUPO 1	20:00 a 21:00							Salón Fitness
RITMOS	16 AÑOS EN ADELANTE MIXTO GRUPO 1			17:00 a 18:00					Salón Fitness

Fitness Virtual

ÁREA	EDAD / NIVEL	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO	ESPACIO
LOCALIZADA	16 AÑOS EN ADELANTE MIXTO	18:00 a 19:00	9:00 a 10:00 18:00 a 19:00		9:00 a 10:00 18:00 a 19:00		9:00 a 10:00		Virtual

Yoga

ÁREA	EDAD / NIVEL	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO	ESPACIO
YOGA			10:00 a 11:00		10:00 a 11:00				Salón Fitness