

HORARIOS

ENERO 2026 del 2 al 31

LUNES, MIÉRCOLES Y VIERNES

*Triatlón - Playa Ramirez	07:00 a 08:00
*Aguas Abiertas - Playa Ramirez	07:00 a 08:00
Acondicionamiento Físico	07:45 a 08:30
Pilates	07:45 a 08:30
Spinning	07:45 a 08:30
*Voley Playa - Playa Ramirez (sólo viernes)	08:30 a 09:30
Fútbol	08:30 a 09:15
Aerolocalizada	08:45 a 09:30
Pilates	09:30 a 10:15
Zona Media	10:15 a 11:00
Newcom	10:00 a 11:00
Voley (lunes y miércoles)	11:00 a 12:00
Voley / Basquet (sólo viernes)	11:00 a 12:00
Ritmos	11:00 a 11:45
Fútbol	12:15 a 13:15
Flexibilidad / Higiene de columna	14:30 a 15:15
Pilates	15:15 a 16:00
Higiene de columna	16:15 a 17:00
Pilates	17:00 a 17:45
Entrenamiento Funcional	17:00 a 17:45
Pilates Dinámico	18:00 a 18:45
Ritmos	18:00 a 18:45
Yoga (lunes y miércoles)	18:00 a 18:45
Entrenamiento Funcional	19:00 a 19:45
Pilates	19:00 a 19:45
Gimnasia Suave	19:00 a 19:45
Spinning	19:00 a 19:45
Ritmos	19:50 a 20:35
EFA + Flexibilidad	20:00 a 20:45
Acondicionamiento Físico	19:45 a 20:30
Fútbol	20:30 a 21:45
Acondicionamiento Físico	20:45 a 21:30

*Exclusivo primera quincena (2 al 16 de enero inclusive)

MARTES Y JUEVES

Yoga	07:00 a 08:00
Acondicionamiento Físico	07:15 a 08:00
Entrenamiento Funcional	08:00 a 08:45
*Spinning	08:00 a 08:45
Pilates	08:00 a 08:45
Yoga	08:00 a 08:45
Flexibilidad	09:00 a 09:45
Gimnasia Adulto Mayor	10:00 a 10:45
Voley / Basquet	11:15 a 12:00
*EFA Resilient	12:15 a 13:15
Pilates	15:00 a 15:45
Gimnasia Consciente	15:45 a 16:30
Higiene de columna	16:30 a 17:15
Pilates	17:15 a 18:00
Spinning	18:00 a 18:45
Ritmos / Aerolocal	18:00 a 18:45
Zona Media	18:00 a 18:45
Grupo Corredores	19:00 a 19:45
Spinning	19:00 a 19:45
Entrenamiento Funcional	19:15 a 20:00
Flexibilidad	19:15 a 20:00
Acondicionamiento Físico	20:00 a 20:45
Pilates	20:15 a 21:00
*Handball adultos mixto - Recreativo	20:00 a 20:45
Higiene de columna	21:00 a 21:45

*Solo jueves

*Exclusivo primera quincena (2 al 16 de enero inclusive)

