

Ikasturtea 2020-2021 Curso

ORDUTEGIA HORARIO	ASTELEHENA LUNES	ASTEARTEA MARTES	ASTEAZKENA MIERCOLES	OSTEGUNA JUEVES	OSTIRALA VIERNES
08:30 - 09:20		ZIKLOA CICLO		ZIKLOA CICLO	
09:00 - 09:50		AQUAFITNESS		AQUAFITNESS	LUZAKETAK ESTIRAMIENTOS
09:10 - 10:00	PILATES		PILATES		
09:30 - 10:20		PILATES		PILATES	
09:45 - 10:35	ZIKLOA CICLO		ZIKLOA CICLO		ZIKLOA CICLO
10:00 - 10:50		BODY COMPLET		BODY COMPLET	GIM ABDO. HIPOPRESIBOA GIM ABDO HIPOPRESIVO
10:00 - 11:20	YOGA		YOGA		
10:10 - 11:00	PILATES	PILATES	PILATES	PILATES	PILATES
11:10-12:00	COMBI GYM	COMBI GYM	COMBI GYM	COMBI GYM	
	3 ADINEKO GIMNASIA GIM. TERCERA EDAD	3 ADINEKO GIMNASIA GIM. TERCERA EDAD	3 ADINEKO GIMNASIA GIM. TERCERA EDAD	3 ADINEKO GIMNASIA GIM. TERCERA EDAD	3 ADINEKO GIMNASIA GIM. TERCERA EDAD
12:00-12:50	TONIFIKAZIOA TONIFICACION		TONIFIKAZIOA TONIFICACION		
	PILATES	PILATES	PILATES	PILATES	PILATES
12:10 - 13:00	3 ADINEKO GIMNASIA GIM. TERCERA EDAD	3 ADINEKO GIMNASIA GIM. TERCERA EDAD	3 ADINEKO GIMNASIA GIM. TERCERA EDAD	3 ADINEKO GIMNASIA GIM. TERCERA EDAD	

ORDUTEGIA	ASTELEHENA	ASTEARTEA	ASTEAZKENA	OSTEGUNA	OSTIRALA
17:00 - 17:50	PILATES	PILATES	PILATES	PILATES	
	UMEENTZAKO XUMBA	IRRISTAKETA	UMENTZAKO XUMBA	IRRISTAKETA	
	XUMBA INFANTIL 8-12 URTE/AÑOS	PATINAJE	XUMBA INFANTIL 8-12 URTE/AÑOS	PATINAJE	
	ESKRIMA	UMEENTZAKO ESKRIMA	ESKRIMA	UMEENTZAKO ESKRIMA	
	ESGRIMA	ESGRIMA INFANTIL 7- 15 AÑOS	ESGRIMA	ESGRIMA INFANTIL 7- 15 AÑOS	
17:00 - 18:20		YOGA		YOGA	
17:30 - 18:50					YOGA
18:00-18:50	ZIKLOA	ZIKLOA	ZIKLOA	ZIKLOA	ZIKLOA
	CICLO	CICLO	CICLO	CICLO	CICLO
		IRRISTAKETA		IRRISTAKETA	
		PATINAJE		PATINAJE	
		TONIFIKAZIOA TONIFICACION		TONIFIKAZIOA TONIFICACION	
18:30- 19:20	XUMBA		XUMBA		XUMBA
19:10-20:00		PILATES		PILATES	
19:30-20:50		YOGA		YOGA	
19:30-20:20		XUMBA		XUMBA	GIM. ARTICULAR
20:00-20:50	ZIKLOA	ZIKLOA	ZIKLOA	ZIKLOA	ZIKLOA
	CICLO	CICLO	CICLO	CICLO	CICLO
	TONIFIKAZIOA TONIFICACION	BODY COMPLET	TONIFIKAZIOA TONIFICACION	BODY COMPLET	TONIFIKAZIOA TONIFICACION
20:10- 21:00	PILATES	AQUAFITNESS	PILATES	AQUAFITNESS	
	AQUAFITNESS		AQUAFITNESS		