

HORARIO DE CLASES DIRIGIDAS

A PARTIR DEL 8 DE ABRIL 2022

BUDO

WWW.GIMNASIOBUDO.COM

	LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
7:30	CICLO 45' (Lourdes)		CROSS TRAINING 45' (Alberto I.)		CICLO 45' (Lourdes)
8:30	TONO 45' (Lourdes)				TONO 45' (Lourdes)
9:30	POWER 45' (Rosi)	POWER 45' (Mika)	POWER 45' (Rosi)	POWER 45' (Mika)	POWER 45' (Rosi)
10:30	CICLO 45' (Mika)	FIT DANCE 45' (Luciano)	CICLO 45' (Mika)	FIT DANCE 45' (Luciano)	CICLO 45' (Mika)
	BODYMIND 45' (Alberto C.)	≈AQUAGYM≈	BODYMIND 45' (Alberto C.)	≈AQUAGYM≈	
11:15		≈AQUACROSS≈		≈AQUACROSS≈	
12:00	≈AQUAGYM≈		≈AQUAGYM≈		

16:00	≈AQUACROSS≈				≈AQUACROSS≈
18:15	ZUMBA 45' (RAUL)		ZUMBA 45' (RAUL)		
19:00		CIRCUIT 45' (ISMAEL)		CIRCUIT 45' (ISMAEL)	ZUMBA 45' (Alberto C)
19:15	CROSS I 45' (Alberto I)		CROSS I 45' (Alberto I)		
19:45	≈AQUAGYM≈	≈AQUAGYM≈	≈AQUAGYM≈	≈AQUAGYM≈	≈AQUAGYM≈
20:00		ZUMBA 45' (Alberto C)		ZUMBA 45' (Alberto C)	CROSS I 45' (Alberto I)
20:15	TONO 45' (Mika)	CICLO 45' (Fran)	TONO 45' (Mika)	CICLO 45' (Fran)	
20:30	≈AQUACROSS≈	≈AQUACROSS≈		≈AQUACROSS≈	≈AQUACROSS≈
21:00	CROSS II 45' (Alberto I)	FITNESS 45' (Alberto C)	CROSS II 45' (Alberto I)	FITNESS 45' (Alberto C)	CROSS II 45' (Alberto I)
21:15	≈AQUACROSS≈	≈AQUACROSS≈	TONO 45' (Mika)	≈AQUACROSS≈	»AQUACROSS»
	TONO 45' (Mika)	CICLO 45' (Fran)		CICLO 45' (Fran)	

SABADO	
11:30	ZUMBA (Raúl)
12:30	CROSS TRAINING (Alberto)

≈Actividad en piscina≈

<p>HORARIO APERTURA LUNES A VIERNES DE 6:30 a 23:00 SABADOS de 9:00 a 14:00 Los DOMINGOS y FESTIVOS este centro permanecerá CERRADO</p>

Centro Budo se reserva el derecho a realizar cualquier cambio que estime oportuno, por necesidades de monitores u horarios, sin derecho a reclamación alguna.