

HORARIOS ACTIVIDADES ESPECIALES A PARTIR 5/9/22

PILATES - CLASES DE 45'

	LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
9:30	BÁSICO (Ana) ----- MEDIO (Lourdes)	MEDIO (Anngy)	MAQ.BÁSICO (Ana)	MÁQUINAS MEDIO (Anngy)	MÁQUINAS (Lourdes)
10:30	BÁSICO (Ana)	MÁQ. MEDIO / BÁSICO (Anngy)	MAQ. BÁSICO (Ana)	MEDIO / BÁSICO (Anngy)	
11:30	INICIACIÓN (Ana)	MEDIO (Anngy)	INICIACIÓN (Ana)	MÁQUINAS MEDIO (Anngy)	
12:15		MAQ. INICIACIÓN (Anngy) (*)		INICIACION (Anngy) (*)	

18:15	INICIACIÓN (Ana)	INICIACIÓN (Anngy)	MAQ.INICIACIÓN (Ana)	MAQ. INICIACIÓN (Anngy)	
19:15	BÁSICO (Ana)	MEDIO (Anngy) MAQUINAS BÁSICO (Kellen)	MAQ. BÁSICO (Ana)	MAQUINAS MEDIO (Anngy) BÁSICO (Kellen)	FUNDAMENTOS
20:15	INICIACIÓN (Ana)	BÁSICO (Anngy) MAQUINAS BÁSICO (Kellen)	MÁQUINAS INICIACIÓN (Ana)	MÁQUINAS BÁSICO (Anngy) BÁSICO (Kellen)	BASICO Y MÁQUINAS (Ana) (*)
21:15	MEDIO (Ana)	MEDIO (Anngy) MÁQ. INI / BÁSICO (Kellen)	MAQ.MEDIO (Ana)	MÁQUINAS MEDIO (Anngy) INIC./BÁSICO (Kellen)	FUNDAMENTOS

(*) Grupos en formación

IMPARTIDAS POR N/FISIOTERAPEUTA - CLASES DE 45'

	LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
8:30		HIPOPRESIVOS		HIPOPRESIVOS	
9:30		HIPOPRESIVOS		HIPOPRESIVOS	
10:30					
11:45		MAS VIDA SENIOR		MAS VIDA SENIOR	

16:00	HIPOPRESIVOS		HIPOPRESIVOS		
17:00	MAS VIDA JOVEN		MAS VIDA JOVEN		
19:15	HIPOPRESIVOS		HIPOPRESIVOS		

YOGA

	LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
17:30		HATHA 90' (iniciación) (*)		HATHA 90' (iniciación)	
17:45			RISHIKESH/ VINYASA FLOW 75'		

SABADO	
10:00	HATHA 90'
11:30	HATHA 90' (iniciación) (*)

(*) Grupos en formación

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