

HORARIO DE CLASES DIRIGIDAS

A PARTIR DEL 3 DE OCTUBRE

BUDO

WWW.GIMNASIOBUDO.COM

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

16:00			≈AQUACROSS≈		≈AQUACROSS≈
18:15	ZUMBA 45' (Roberta)		ZUMBA 45' (Roberta)		
18:45		CROSS45' (Mika)		CROSS45' (Mika)	
19:00					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≈	
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≈ TONO 45' (Mika)	≈AQUACROSS≈ CICLO 45' (Fran)	TONO 45' (Mika)	≈AQUACROSS≈ CICLO 45' (Fran)	

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

≈Actividad en piscina≈

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	
--	--

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