OBERENA

MAÑANAS

LUNES

SALA 4	SALA 5	BALNEARIO	SALA CLICLO	SALA MÚSICA
	TRX 9:30	AQUAGYM 9:30		

MARTES

SALA 4	SALA 5	BALNEARIO	SALA 3	SALA CLICLO	SALA MÚSICA
CICLOFIT 75´ 9:30		AQUAGYM 9:30	GIM.ADULTOS 10:00	CICLOFIT 75´ 9:30	

MIÉRCOLES

SALA 4	SALA 5	BALNEARIO	SALA CLICLO
TONO PUMP 9:30		AQUAGYM 9:30	
	YOGA 90´ 10:30		

JUEVES

SALA 4	SALA 5	BALNEARIO	SALA 3	SALA CLICLO	SALA MÚSICA
CICLOFIT 75´ 9:30		AQUAGYM 9:30	GIM.ADULTOS 10:00	CICLOFIT 75´ 9:30	

VIERNES

SALA 4	BALNEARIO	SALA CLICLO
HIPOPRESIVOS 9:30	AQUAGYM 9:30	
YOGA 90´ 10:30		

SÁBADO

SALA 4	SALA CLICLO
	CICLO 9:00
CICLOFIT 90´ 10:00	CICLOFIT 90´ 10:00

TARDES

LUNES

SALA 4	SALA 5	BALNEARIO	SALA CLICLO	SALA MÚSICA
CICLOFIT 75´ 16:15			CICLOFIT 75´ 16:15	
CICLOFIT 75´ 17:30	FUNCIONAL BOX 17:00		CICLOFIT 75´ 17:30	
AEROBIC STEP 18:00		AQUAGYM 18:30	CICLO 18:45	PILATES 18:30
ZUMBA 19:00			CICLO 19:45	
GAP 20:00	TRX 45´ 20:00			

MARTES

SALA 4	SALA 5	BALNEARIO	HEGOALDE	SALA CLICLO	SALA MÚSICA
TONO PUMP 16:00					
ENTRENAMIEN-TO TOTAL 17:00					
PILATES AVANZADO 18:00		AQUAGYM 18:30	CROSS TRAINING 18:00	CICLO 19:00	PILATES 18:30
TONO PUMP 19:00	PILATES AVANZADO 19:00				PILATES 19:30
FUNCIONAL BOX 20:00	YOGA 90´ 20:00			CICLO 20:00	

MIÉRCOLES

SALA 4	SALA 5	BALNEARIO	SALA CLICLO
CICLOFIT 75´ 16:15			CICLOFIT 75´ 16:15
CICLOFIT 75´ 17:30	FUNCIONAL BOX 17:00		CICLOFIT 75´ 17:30
AEROBIC STEP 18:00		AQUAGYM 18:30	CICLO 18:45
TONO PUMP 19:00			CICLO 19:45
GAP 20:00	TRX 45´ 20:00		

JUEVES

SALA 4	SALA 5	BALNEARIO	HEGOALDE	SALA CLICLO	SALA MÚSICA
TONO PUMP 16:00					
ENTRENAMIEN-TO TOTAL 17:00					
PILATES AVANZADO 18:00		AQUAGYM 18:30	CROSS TRAINING 18:00	CICLO 18:45	PILATES 18:30
TONO PUMP 19:00	PILATES AVANZADO 19:00			CICLO FIT 19:45	PILATES 19:30
CICLO FIT	YOGA 90´ 20:00				

VIERNES

SALA 4	BALNEARIO	SALA CLICLO
ZUMBA 17:30		
		CICLO 90´ 19:00

SÁBADO

SALA 4	SALA CLICLO

ACTIVIDADES 2024 - 2025

- Para que una actividad salga adelante serán necesarias un número mínimo de inscripciones.

- Aunque se pagará en dos veces (septiembre y febrero) la inscripción es válida para toda la temporada.

- Si alguien no quiere continuar durante el segundo cuatrimestre, deberá comunicarlo en las oficinas antes del 20 de enero.

- *MULTIACTIVIDAD*
- *GRUPOS CERRADOS*
- *10 PLAZAS DE GRUPO CERRADO Y 5 DE MULTIACTIVIDAD*

OBERENA