



CICLO INDOOR

FITNESS

WELLNESS

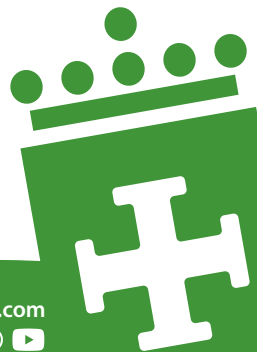
¡¡MOLDEÁTE 10!!
EN VERANO

el mes de julio en forma

24-19
JUNIO JULIO

TODO
POR SÓLO
20€

- Participa en cualquiera de nuestras clases colectivas de Fitness, Wellness, Cross, Ciclo Indoor y Gimnasio
- Prueba todo lo que quieras y cuando tú quieras (horarios en el reverso)



DEPORTE DE VERANO

HORARIOS FITNESS / CROSS

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES		JUEVES	VIERNES
MEJORA FISICA 9:45-10:45	FULL BODY 9:30-10:15	MEJORA FISICA 9:45-10:45	TRIATLON MIERCOLES 9:15-10:15	FULL BODY 9:30-10:15	MEJORA FISICA 9:45-10:45
CROSS HIIT 10:45-12:00	ZUMBA/ABS 10:15-11:00	CROSS HIIT 10:45-12:00		ZUMBA/ABS 10:15-11:00	CROSS HIIT 10:45-12:00
	CROSS HIIT 18:45-20:00		CROSS HIIT 18:45-20:00		
	HIIT 18:30-19:00H		HIIT 18:30-19:00H		
TOTAL BODY 18:30-19:15		TOTAL BODY 18:30-19:15		ZUMBA 19:00-19:45	
ZUMBA 19:15-20:00	CROSS HIIT 20:15-21:30	TOTAL BODY 19:45-20:30	ZUMBA 19:15-20:00	CROSS HIIT 20:15-21:30	TOTAL BODY 19:45-20:30
TRIATLON 20:00-22:15		ETTO FUNCIONAL 20:15-21:35		ETTO FUNCIONAL 20:25-21:35	
					TRIATLON JUEVES 20:00-22:15

HORARIOS WELLNESS

	G-1 9:15/10:15		G-1 9:15/10:15	
G-5 (7) 19:00/20:00		G-5 19:00/20:00		
	G-8 20:00/21:00		G-8 20:00/21:00	

HORARIOS CICLO INDOOR

HIPOPIlates 10:00 a 11:00		HIPOPIlates 10:00 a 11:00		HIPOPIlates 10:00 a 11:00
	PILATES 18.00-18.55		PILATES 18.00-18.55	
	PILATES 19.00-19.55		PILATES 19.00-19.55	

- Información e inscripciones en el Complejo Deportivo 'García Fraguas'.
- Pago único de 20 € en la recepción del complejo, en horario de apertura.
- Tlf: 949 25 11 78 e-mail: garciafraguas@marchamalo.com