

POLIDEPORTIVO MUNICIPAL DE MORALZARZAL

CUADRANTE DE CLASES COLECTIVAS MAYO 2024

LUNES			MARTES			MIERCOLES			JUEVES			VIERNES			SÁBADO		
HORA	ACTIVIDAD	SALA	HORA	ACTIVIDAD	SALA	HORA	ACTIVIDAD	SALA	HORA	ACTIVIDAD	SALA	HORA	ACTIVIDAD	SALA	HORA	ACTIVIDAD	SALA
9:30H.	BODY TONIC	GIMNASIO	9:30H.	PILATES	GIMNASIO	9:30H.	BODY TONIC	GIMNASIO	9:30H.	PILATES	GIMNASIO	9:30H.	BODY TONIC	GIMNASIO			
9:30H.	CICLO	CICLO	9:30H.	CICLO	CICLO	9:30H.	CICLO	CICLO	9:30H.	CICLO	CICLO	9:30H.	CICLO	CICLO			
9:30H.	YOGA	PISCINA	9:30H.	BOXEO	PABELLÓN	9:30H.	YOGA	PISCINA	9:30H.	BOXEO	PABELLÓN						
			9:30H.	CARDIO BOX	PISCINA				9:30H.	CARDIO BOX	PISCINA						
															10:00H.	CICLO	CICLO
10:30H.	BAILE ACTIVO	GIMNASIO	10:30H.	GAP	GIMNASIO	10:30H.	BAILE ACTIVO	GIMNASIO	10:30H.	GAP	GIMNASIO	10:30H.	BAILE ACTIVO	GIMNASIO	11:00H.	KICK-BOXING	PABELLÓN
			11:00H.	PILATES	GIMNASIO				11:00H.	PILATES	GIMNASIO						
			18:00 H.	BODY TONIC	GIMNASIO				18:00 H.	BODY TONIC	GIMNASIO						
18:00H.	PILATES	PISCINA	18:00H.	PILATES	PISCINA	18:00H.	PILATES	PISCINA	18:00H.	PILATES	PISCINA						
18:30H.	CICLO	CICLO				18:30H.	CICLO	CICLO				18:30 H.	FIT BOXING	PABELLÓN			
			18:45H.	CICLO	CICLO				18:45H.	CICLO	CICLO						
19:00H.	PILATES	PISCINA				19:00H.	PILATES	PISCINA									
19:00H.	CARDIOTONIC	GIMNASIO	19:00H.	PILATES	PISCINA	19:00H.	CARDIOTONIC	GIMNASIO	19:00H.	PILATES	PISCINA						
19:30H.	CICLO	CICLO	19:00H.	BODY TONIC	GIMNASIO	19:30H.	CICLO	CICLO	19:00H.	BODY TONIC	GIMNASIO	19:30H.	FUNCIONAL	PABELLÓN			
20:00H.	YOGA	PISCINA				20:00H.	YOGA	PISCINA									
20:00H.	BAILE ACTIVO	GIMNASIO	20:00H.	BAILE ACTIVO	GIMNASIO	20:00H.	BAILE ACTIVO	GIMNASIO	20:00H.	BAILE ACTIVO	GIMNASIO						
20:15H.	BOXEO	PABELLÓN	20:00H.	FUNCIONAL	PABELLÓN	20:15H.	BOXEO	PABELLÓN	20:00H.	FUNCIONAL	PABELLÓN						



* Este cuadrante puede sufrir modificaciones en función de la demanda existente

CUERPO Y MENTE
TONIFICACIÓN
CARDIOVASCULAR
COREOGRAFÍA/BAILE ACTIVO

HORARIO SALA DE MUSCULACIÓN: DE LUNES A VIERNES : DE 9 A 22 H. / SÁBADOS: DE 9 A 14 H. Y DE 16 A 22 H. / DOMINGOS: DE 9 A 14 H.