

Abono adulto

Libre acceso (Octubre - Mayo)

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO
8:00	Omnia Fit Carlos	Omnia Fit Esther	Omnia Fit Carlos	Omnia Fit Esther		
9:00	Tai Chi Rosa	Aquasport	Tai-Chi Rosa	Aquasport	Aquagym	
	Pilates Aurora	Pilates Esther	Pilates Aurora	Pilates Esther	Pilates Aurora	
9:30	Aquapilates	Ciclo indoor Javi	Aquapilates	Ciclo Indoor Javi		
		Nordic walking		Nordic walking		
10:00	Ciclo indoor Carlos	Aquagym	Ciclo Indoor Carlos	Aquagym	Ciclo Indoor Carlos	Baño libre familiar
	Glute fit Sandra	Core training Carlos	Glute fit Sandra	Core training Carlos	Glute fit Sandra	
	Power pilates Aurora		Power pilates Aurora		Power pilates Aurora	
10:30	Omnia fit Javi	Body fitness Esther	Omnia fit J. Manuel	Body fitness Esther	Omnia fit Javi	
		Zumba Sandra		Zumba Sandra		
11:00	Mantenimiento Aurora		Mantenimiento Aurora			Baño libre familiar
	Yoga Sandra		Yoga Sandra		Yoga Sandra	
11:30		Omnia Fit Sergio		Omnia Fit Sergio		Ciclo indoor
12:00	Omnia Fit J. Manuel		Omnia Fit J. Manuel			Baño libre familiar
	Pilates Sandra		Pilates Sandra			
12:30		Pilates Sandra		Pilates Sandra		
13:00	Small G. Power Carlos	Small G. Power Vallejo	Small G. Power Carlos	Small G. Power Vallejo		Baño libre familiar
13:30		Ciclo indoor Sandra		Ciclo indoor Sandra		
14:30	Ciclo indoor Vallejo		Ciclo indoor Vallejo			

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO
15:00					Baño libre familiar	
16:00					Baño libre familiar	
16:30	Small G. Power Julián	Small G. Power Julián	Small G. Power Julián	Small G. Power Julián	Small G. Power Julián	
17:00	Perfect body Vallejo		Perfect body Vallejo		Baño libre familiar	
	Pilates Sandra		Pilates Sandra		Pilates Esther	
17:30	Small G. Power Julián	Small G. Power Julián	Small G. Power Julián	Small G. Power Julián	Small G. Power Julián	
		Ciclo indoor Vallejo		Ciclo indoor Vallejo		
		Mantenimiento J. Manuel		Mantenimiento J. Manuel		
17:30		Flamenco Laura		Flamenco Laura		
		Omnia Fit Macarena		Omnia Fit Macarena		
18:00	Glute boom Esther		Glute boom Esther		Glute boom Vallejo	
	Yoga Sandra		Yoga Sandra		Yoga Vallejo	
	Omnia Fit Vallejo		Omnia Fit Vallejo		Omnia Fit Antonio	
					Baño libre familiar	
18:30	Small G. Power Julián	Small G. Power Julián	Small G. Power Julián	Small G. Power Julián	Small G. Power Julián	
	Mantenimiento Andrea	Ciclo indoor Carlos	Mantenimiento Andrea	Ciclo Indoor Carlos		
		Ent. Funcional Andrea		Ent. Funcional Andrea		
		Pilates Esther		Pilates Esther		
		Running Club Vallejo		Running Club Vallejo		
		Omnia Fit J. Manuel		Omnia Fit J. Manuel		Omnia Fit

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO
19:00	Aquafitness	Aquafitness	Aquafitness	Aquafitness	Aquafitness	
	Baile latino Esther		Baile latino Esther		Baile latino Esther	
	Club corredores Vallejo		Club corredores Vallejo		Core training Antonio	
	Interval step Sandra		Interval step Sandra			
	Omnia Fit Carlos		Omnia Fit Carlos			
19:30	Small G. Power Macarena	Small G. Power Julián	Small G. Power Macarena	Small G. Power Julián	Small G. Power Mele	
	Ciclo indoor Julián	Core training J. Manuel	Ciclo indoor Julián	Core training J. Manuel	Ciclo indoor Julián	
	GAP Andrea	Body fitness Andrea	GAP Andrea	Body fitness Andrea		
		Crossfit Vallejo		Crossfit Vallejo		
		Zenyo / Yoga Esther		Zenyo / Yoga Esther		
20:00	Body fitness Vallejo		Body fitness Vallejo		Body fitness Vallejo	
	Pilates Esther		Pilates Esther		Pilates Esther	
20:30	Small G. Power Julián	Kárate Sergio	Small G. Power Julián	Kárate Sergio		
		Sikloon Julián		Sikloon Julián		
		Zumba Esther		Zumba Esther		
21:00	Core training Antonio		Core training Antonio			

● Desde las 20 horas, actividades no impartidas durante el horario reducido.

*Esta planificación tiene carácter orientativo y podrá ser modificada en cualquier momento en función de las necesidades organizativas del servicio o por causas justificadas del personal. Consultar www.sadus.us.es

**El baño familiar será siempre de una máx de 5 personas por familia