



Complejo Deportivo PRADO REAL



CONCEJALÍA DE Deportes

HORARIO ACTIVIDADES VERANO 23-24

INICIO	FINAL	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SABADO	DOMINGO
9:30	10:30	FIT TONIC (1)	PILATES (ZEN)	POWER TONO (1)	PILATES (ZEN)	TOTAL TRAINING (2)		
10:30	11:30	CICLO INDOOR (3)	CARDIO GAP (1) YOGA (ZEN)	CICLO INDOOR (3)	YOGA (ZEN) TRX FUNCIONAL (2)		CICLO VIRTUAL (3)	CICLO VIRTUAL (3)
10:45	11:45					CICLO INDOOR (3)		
11:00	12:00		CICLO VIRTUAL (3)		CICLO VIRTUAL (3)		"WEEKEND CLASS"	
13:00	14:00	CICLO VIRTUAL (3)		CICLO VIRTUAL (3)		CICLO VIRTUAL (3)		
15:00	16:00	CICLO VIRTUAL (3)	CICLO VIRTUAL (3)	CICLO VIRTUAL (3)	CICLO VIRTUAL (3)	CICLO VIRTUAL (3)		
18:00	19:00							
18:30	19:30	CICLO VIRTUAL (3)		CICLO VIRTUAL (3)		CORE (1) STRETCHING (1)		
19:00	20:00	PILATES (ZEN) POWER TONO (1)	CARDIO GAP (1)	PILATES (ZEN)	FIT TONIC (1)			
19.15	20.15	AQUAFITNESS (Pis)		AQUAFITNESS (Pis)				
19:30	20:00							
19:30	20:30					CICLO INDOOR (3)		
20:00	20:30	CORE (1)						
20:00	21:00	TOTAL TRAINING(2) YOGA (ZEN)	C.INDOOR (3)	TRX FUNCIONAL(2) YOGA (ZEN)	C.INDOOR (3)			
20:30	21:00		STRETCHING (1)		CORE (1)			
20:30	21:30	CICLO VIRTUAL (3)	AQUATRaining (PIS)	CICLO VIRTUAL (3)	AQUATRaining (PIS)			

PISCINA *: actividades incluidas en la modalidad de Abono Total, Abono Piscina, Bono 10 y 20 usos, y entrada puntual