

ACTIVIDADES DIRIGIDAS

JUNIO 2025

| Actividad | Días | Horario | Nivel | Instalación |
|----------------------|-------|----------------------------|---------------|-----------------------------|
| AIKIDO | V | 18:00 - 20:00 ¹ | Único | Sala A |
| AQUAGYM | V | 09:00 - 10:00 ¹ | Único | Piscina Cubierta |
| | | 14:30 - 15:30 ¹ | | |
| BOXEO | L y X | 13:30 - 14:30 ¹ | Único | Tatami Polideportivo |
| CICLO INDOOR | M y J | 08:00 - 09:00 ¹ | Único | Sala Ciclo Indoor |
| | L y X | 13:00 - 14:00 ¹ | | |
| | | 19:00 - 20:00 ¹ | | |
| ESGRIMA | L y X | 14:00 - 15:00 ² | Iniciación | Sala de Esgrima |
| FUNCTIONAL FITNESS | M y J | 13:30 - 14:30 ² | Único | Sala Musculación Pab. Norte |
| KARATE | L y X | 13:00 - 14:00 ² | Único | Sala C |
| KENPO KÁRATE | M y J | 14:30 - 15:30 ² | Único | Sala A |
| | V | 13:30 - 15:30 ² | | |
| NADO UNIVERSITARIO | L y X | 13:00 - 14:00 ² | Único | Piscina Cubierta |
| | | 14:00 - 15:00 ² | | |
| | | 18:00 - 19:00 ² | | |
| | M y J | 08:00 - 09:00 ² | | |
| | | 09:00 - 10:00 ² | | |
| | | 18:00 - 19:00 ² | | |
| NATACIÓN MASTER | M y J | 19:00 - 20:00 ² | Avanzado | Piscina Cubierta |
| NATACIÓN INFANTIL | M | 15:30 - 16:15 ¹ | Iniciación | Piscina Cubierta |
| | M | 15:30 - 16:15 ¹ | Verde | |
| | J | 15:30 - 16:15 ¹ | Inic 4-5 | |
| | V | 17:30 - 18:15 ¹ | Verde | |
| | | 17:30 - 18:15 ¹ | Iniciación II | |
| NATACIÓN TERAPÉUTICA | L y X | 15:15 - 16:15 ² | Único | Piscina Cubierta |
| | M y J | 14:00 - 15:00 ² | | |
| | | 18:00 - 19:00 ² | | |
| PILATES | L y X | 09:00 - 10:00 ² | Único | Sala B |
| | | 14:00 - 15:00 ² | | |
| | | 18:00 - 19:00 ² | | |
| | | 19:00 - 20:00 ² | | |
| | | 20:00 - 21:00 ² | | |
| | M y J | 09:00 - 10:00 ² | | |
| | | 14:30 - 15:30 ² | | |
| | | 17:30 - 18:30 ² | | |

¹ Mínimo 8 usuarios, ² Mínimo 10 usuarios, ³ Mínimo 6 usuarios

ACTIVIDADES DIRIGIDAS

JUNIO 2025

| Actividad | Días | Horario | Nivel | Instalación |
|-----------------------------------|-------|----------------------------|------------|------------------------------|
| TONIFICACIÓN | M y J | 08:00 - 09:00 ² | Único | Gimnasio 1 |
| TONO STRETCHING | L y X | 15:00 - 16:00 ¹ | Unico | Sala B |
| TRABAJO DE ALTA INTENSIDAD | L y X | 13:30 - 14:30 ¹ | Único | Sala Entrenamiento Funcional |
| | M y J | 19:00 - 20:00 ¹ | Único | |
| TRIATLÓN | L y X | 17:00 - 18:00 ² | Único | Piscina y Sala Ciclo |
| YOGA IYENGAR | M | 12:00 - 14:00 ² | Nivel 2 | Sala C |
| | M | 14:00 - 16:00 ² | Nivel 1 | |
| | J | 12:00 - 14:00 ² | Nivel 2 | |
| | J | 14:00 - 16:00 ² | Nivel 1 | |
| PÁDEL | L y X | 18:00 - 19:00 ³ | Avanzado | Pistas 1 y 2 Pádel |
| | | 19:00 - 20:00 ³ | Medio | |
| | | 20:00 - 21:00 ³ | Medio | |
| | M y J | 17:00 - 18:00 ³ | Medio | |
| | | 18:00 - 19:00 ³ | Avanzado | |
| | | 19:00 - 20:00 ³ | Medio | |
| TENIS | L-X | 14:00 - 15:00 ³ | Iniciación | Pista 1 y 2 Tenis |
| | V | 15:00 - 17:00 ³ | Avanzado | |

¹ Mínimo 8 usuarios, ² Mínimo 10 usuarios, ³ Mínimo 6 usuarios

* NATACIÓN INFANTIL: consultar niveles en los diferentes horarios. Es necesario prueba de nivel.

** YOGA IYENGAR: para poder inscribirse en los niveles 2 o 3 es necesario haber realizado el curso del nivel anterior.

*** PÁDEL y TENIS: para acceder a grupos de Pádel y Tenis será necesario realizar, previamente, una prueba de nivel.

NOTAS IMPORTANTES

En junio se impartirán aquellos grupos que a día 22 de mayo hayan llegado al número mínimo de inscritos detallado, anteriormente, para cada Actividad Dirigida.

Las peticiones de grupos fuera de esta oferta establecida serán hasta el 15 de mayo.

La oferta deportiva, grupos o espacios pueden variar por necesidades del servicio.

Recuerda pasar tu Tarjeta Deportiva Anual por los lectores de cada Recepción cuando vengas a tu actividad.