

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
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.