

Actividades CD Alcosa (TEMP. 16-17)

HORA	LUNES y MIÉRCOLES			MARTES y JUEVES			VIERNES	SÁBADO	DOMINGO	
	Sala Polivalente	Pabellón	Sala Fitness	Sala Polivalente	Pabellón	Sala Fitness	Pabellón	Sala Fitness	Sala Fitness	
9:00-9:30			FITNESS			FITNESS				
9:30-10:00					MANT ADULT Y 3ª EDAD					
10:00-10:30					PILATES					
10:30-11:00										
11:00-11:30										
11:30-12:00		MANT ADULT Y 3ª EDAD							MANT ADULT Y 3ª EDAD	
12:00-12:30										
12:30-13:00										
13:00-13:30										
13:30-14:00										
16:30-17:00			FITNESS			FITNESS				
17:00-17:30	STRECHING									
17:30-18:00	PILATES									
18:00-18:30										
18:30-19:00	ZUMBÓN									
19:00-19:30										
19:30-20:00										
20:00-20:30										
20:30-21:00										
21:00-21:30										
21:30-22:00										
22:00-22:30										