

ACTIVIDADES DIRIGIDAS / SALA DE MUSCULACIÓN Y CARDIO (1 MAYO - 30 JUNIO 2024)

"El IMD se reserva el derecho de modificar esta oferta de clases dirigidas por motivos organizativos y de eficiencia de recursos"

	LUNES				MARTES			MIÉRCOLES				JUEVES			VIERNES		
INICIO	SALA 1	SALA 2	S. CICLO	PABELLÓN	SALA 1	SALA 2	S. CICLO	SALA 1	SALA 2	S. CICLO	PABELLÓN	SALA 1	SALA 2	S. CICLO	SALA 1	SALA 2	PABELLÓN
9:30	PILATES				PILATES			PILATES				PILATES			PILATES		
10:30	PILATES			GIMNASIA MANTENIMIENTO De 10 a 11h	PILATES			PILATES			GIMNASIA MANTENIMIENTO De 10 a 11h	PILATES			KUMBA		GIMNASIA MANTENIMIENTO De 10 a 11h
11:30	KUMBA			GIMNASIA MANTENIMIENTO De 11 a 12h	CIRCUIT TRAINING			KUMBA			GIMNASIA MANTENIMIENTO De 11 a 12h	CIRCUIT TRAINING					GIMNASIA MANTENIMIENTO De 11 a 12h
18:00	PILATES				PILATES			PILATES				PILATES					
19:00	GAP	KUMBA	CICLO		CIRCUIT TRAINING	YOGA	CICLO	GAP	KUMBA	CICLO		CIRCUIT TRAINING	YOGA	CICLO	CIRCUIT TRAINING	PILATES	
20:00	PUMP	PILATES	CICLO		PUMP	PILATES	CICLO	PUMP	PILATES	CICLO		PUMP	PILATES	CICLO	PUMP	PILATES	
21:00	PILATES				PILATES			PILATES				PILATES					

HORARIOS SALA DE MUSCULACIÓN Y CARDIO:

- **LUNES A VIERNES:** De 9:00 a 14:00 H / 16:00 a 22:00 H
- **SÁBADOS:** De 10:00 a 14:00 H.