

ADULTOS EN FORMA – CURSO 2022/23

DEPORTE	INSTALACIÓN	MONITOR	DIAS	HORA	PLAZAS
BODYFITNESS	PABELLÓN DE USOS MÚLTIPLES	JESSICA	M	10:00 – 10:50	10
	AULA ADJUNTA "A"		J		
CIRCUITO FITNESS	PABELLÓN DE USOS MÚLTIPLES	ANTONIO	M – J	20:00 – 20:50	10
CROSS AVANZADO	PABELLÓN DE USOS MÚLTIPLES	KISCO	L – V	11:00 – 11:50	10
			L – X	20:00 – 20:50	
CROSS INICIACIÓN	PABELLÓN DE USOS MÚLTIPLES	KISCO	L – J – V	10:00 – 10:50	10
			M – J	19:00 – 19:50	
ESC. DE ESPALDA	PABELLÓN LAS VIÑAS	JAVI	L – X	10:00 – 10:50	6
ESTIRAMIENTO	VILLA MATILDE (Sabinillas)	JESSICA	L – X – V	10:00 – 10:50	10
FUNCIONAL	VILLA MATILDE (Sabinillas)	NINO	M – J	09:00 – 09:50	10
	AULA ADJUNTA "A"		L – X – V	10:00 – 10:50	10
	VILLA MATILDE (Sabinillas)		M	19:00 – 19:50	10
	AULA ADJUNTA "A"		L – X	20:00 – 20:50	10
GAP	VILLA MATILDE (Sabinillas)	NINO	M	18:00 – 18:50	10
	AULA ADJUNTA "A"		L – X	18:00 – 18:50	10
GIM. PREVENTIVA	AULA ADJUNTA "A"	JAVI	M – J	09:00 – 09:50	4
GIM. TERAPÉUTICA	AULA ADJUNTA "A"	NINO	L – X	17:00 – 17:50	4
	VILLA MATILDE (Sabinillas)		M		
GIMNASIO	GIMNASIO MUNICIPAL "LAS VIÑAS"	YOLI / KISCO	L – M – X – J – V	08:00 – 22:00	5
JUMPING	AULA ADJUNTA "B"	JESSICA	M – J	19:00 – 19:50	10
PADEL	PISTAS CAMPO DE FÚTBOL LAS VIÑAS	JAVI	L – X	09:00 – 09:50	6
			M – J	10:00 – 10:50	
		ANTONIO	M – J	19:00 – 19:50	
PILATES	AULA ADJUNTA "B"	KISCO	L – J	09:00 – 09:50	10
			M – J	18:00 – 18:50	10
SPINING	SALA DE SPINING	ALICIA	L – X – V	09:00 – 09:50	14
			L – M – J	19:00 – 19:50	
		ANTONIO	M – J	09:00 – 09:50	
STRECHING	USOS MÚLTIPLES (Sabinillas)	NINO	M – J	10:00 – 10:50	6
	PABELLÓN DE USOS MÚLTIPLES	KISCO	L – X	19:00 – 19:50	12
TENIS	PISTA POLIDEPORTIVA "A"	JAVI	L – X	08:00 – 08:50	6
TONIFICACIÓN	PABELLÓN DE USOS MÚLTIPLES	KISCO	V	09:00 – 09:50	10
			L – X	18:00 – 18:50	
TRX	AULA ADJUNTA "A"	NINO	L – X – V	09:00 – 09:50	8
			L – X	19:00 – 19:50	
		KISCO	M – J	20:00 – 20:50	
YOGA	AULA ADJUNTA "B"	ALICIA	L – X – V	10:00 – 10:50	10
			L	18:00 – 18:50	
	SALA PATRONATO (Sabinillas)		M – J	10:00 – 10:50	
ZUMBA	VILLA MATILDE (Sabinillas)	JESSICA	L – X – V	09:00 – 09:50	12
	PABELLÓN DE USOS MÚLTIPLES		M – J	09:00 – 09:50	12
	VILLA MATILDE (Sabinillas)		L – X	18:00 – 18:50	12