



ACTIVIDADES DIRIGIDAS 2024 - 2025

HORA	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
9:00	9:00-9:55 MANTENIMIENTO ESPALDA Nuria	9:00-9:55 MANTENIMIENTO GENERAL Nuria	9:00-9:55 MANTENIMIENTO ESPALDA Nuria	9:00-9:50 MANTENIMIENTO GENERAL Nuria	9:00-9:55 ZUMBA Nuria
10:00	10:00-10:55 TONIFICACIÓN Nuria	10:00-10:55 MANTENIMIENTO GENERAL Nuria	10:00-10:55 TONIFICACIÓN Nuria	10:00-10:50 MANTENIMIENTO GENERAL Nuria	10:00-10:50 MANTENIMIENTO ESPALDA Nuria
11:00	11:00-11:55 MANTENIMIENTO ESPALDA Nuria	11:00-11:55 MANTENIMIENTO GENERAL Nuria	11:00-11:55 MANTENIMIENTO ESPALDA Nuria	11:00-11:50 MANTENIMIENTO GENERAL Nuria	
12:00	12:00-12:55 TONIFICACIÓN Nuria	12:00-12:55 ZUMBA Tamara	12:00-12:55 ZUMBA Nuria	12:00-12:55 ZUMBA Tamara	12:00-12:55 SPORT DANCE Joe
13:00		13:00-13:55 MANTENIMIENTO ESPALDA Tamara		13:00-13:55 TONIFICACIÓN Tamara	
14:00		14:00-14:55 MANTENIMIENTO ESPALDA Tamara		14:00-14:55 MANTENIMIENTO ESPALDA Tamara	
16:00		16:30-17:25 MANTENIMIENTO ESPALDA Tamara		16:30-17:25 MANTENIMIENTO ESPALDA Tamara	
17:00	17:00-17:55 TONIFICACIÓN Anyá	17:30-18:25 TONIFICACIÓN Anyá	17:00-17:55 TONIFICACIÓN Anyá	17:30-18:25 MANTENIMIENTO ESPALDA Tamara	
18:00	18:00-18:55 MANTENIMIENTO GENERAL Anyá	18:30-19:25 TONIFICACIÓN Anyá	18:00-18:55 MANTENIMIENTO GENERAL Anyá	18:30-19:25 TONIFICACIÓN Anyá	
19:00	19:00-19:55 TONIFICACIÓN Anyá	19:30-20:25 MANTENIMIENTO ESPALDA Anyá	19:00-19:55 TONIFICACIÓN Anyá	19:30-20:25 MANTENIMIENTO ESPALDA Anyá	19:00-19:55 SPORT DANCE Joe
20:00	20:00-20:55 TONIFICACIÓN Anyá	20:30-21:25 MANTENIMIENTO ESPALDA Anyá	20:00-20:55 YOGA Anyá		

TARIFAS	YOGA	ZUMBA	TONIFICACIÓN	MANTENIMIENTO GENERAL	SPORT DANCE	MANTENIMIENTO ESPALDA
LUGAR	NAUTICA	NAUTICA	NAUTICA	NAUTICA	TABERNA	NAUTICA
1DIA/SEMANA	32,00 €	25,00 €	25,00 €	25,00 €	28,00 €	25,00 €
2DIA/SEMANA		38,00 €	38,00 €	38,00 €	45,00 €	38,00 €