

HORARIOS ENERO JOSÉ GARCÉS

De lunes a viernes: de 07:00 a 23:00h

Sábados: de 09:00 a 20:00h

Domingos y festivos: de 09:00 a 14:00h

CUERPO Y MENTE

ACUÁTICAS

TONIFICACIÓN

CARDIOVASCULARES

JUNIOR Y FAMILIARES

COREOGRAFIADAS

SENIOR

RAQUETA

HORA	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO	HORA
07:15		S1 B. PUMP	SC CICLO	S1 B. COMBAT				07:15
07:30	SC CICLO				SC CICLO			07:30
08:00	PI AQUAFITNESS		S2 ESTIRAMIENTOS					08:00
08:15		ZM FUNCIONAL						08:15
08:30	ZM FUNCIONAL			S1 B. PUMP				08:30
08:45			S1 AF-MAYORES					08:45
09:00	S2 AF-MAYORES		S2 B. COMBAT		S1 EN FORMA			09:00
09:15				ZM FUNCIONAL	S2 ESPALDA SANA			09:15
09:30	S1 B. PUMP	S1 B. ATTACK	S1 CROSS TRAINING	S1 ESPALDA SANA		SC CICLO		09:30
09:45		SC CICLO		SC CICLO		S2 SH'BAM	SC CICLO	09:45
10:00		S2 B. BALANCE		S2 B. BALANCE				10:00
10:15			ZM ABDOMINALES		S1 B. COMBAT		S1 B. COMBAT	10:15
10:30	S1 B. COMBAT	PI AQUAFITNESS			ZM ESTIRAMIENTOS			10:30
10:45		SC CICLO	S2 PILATES		S2 ZUMBA			10:45
11:00	S2 PILATES			S1 ZUMBA				11:00
11:15			S2 YOGA	S2 GAP		S1 B. PUMP		11:15
11:30		S1 ZUMBA	SC CICLO	PI AQUAFITNESS		S2 B. BALANCE	S2 PILATES	11:30
11:45		S2 GAP	S1 STEP					11:45
12:00					SC CICLO		S1 B. PUMP	12:00
12:15					S1 B. PUMP			12:15
12:30								12:30
12:45								12:45
13:00								13:00
13:15								13:15
13:30		ZM ABDOMINALES						13:30
13:45		S2 PILATES	S1 B. PUMP	SC CICLO		S1 ZUMBA	SC CICLO	13:45
14:00	SC CICLO	S1 ESPALDA SANA	PI AQUAFITNESS	S2 PILATES				14:00
14:15					S1 AF-MAYORES		S2 B. BALANCE	14:15
14:30		SC CICLO	S2 SH'BAM		S2 HIPOPRESIVOS			14:30
14:45				S1 FITNESS		S2 PILATES		14:45
15:00				S2 YOGA		S1 B. ATTACK	S1 GAP	15:00
15:15								15:15
15:30								15:30
15:45								15:45
16:00								16:00
16:15								16:15
16:30								16:30
16:45								16:45
17:00								17:00
17:15								17:15
17:30								17:30
17:45								17:45
18:00								18:00
18:15								18:15
18:30								18:30
18:45								18:45
19:00								19:00
19:15								19:15
19:30								19:30
19:45								19:45
20:00								20:00
20:15								20:15
20:30								20:30
20:45								20:45
21:00								21:00
21:15								21:15
21:30								21:30
21:45								21:45
22:00								22:00
22:15								22:15
22:30								22:30
22:45								22:45
23:00								23:00

Las actividades marcadas con una estrella son actividades con reserva previa

Las actividades marcadas con una estrella son actividades con reserva previa.

La empresa atendiendo a razones objetivas y avisando con la debida antelación, se reserva el derecho de cambio, ampliación o anulación de las actividades. A las actividades +12, podrán asistir todos los usuarios a partir de los 12 años. Las actividades: Abdomen, E.funcional, Estiramientos y Forus Runners Ini. tienen una duración de 30 minutos. Ciclo Indoor tiene una duración de 45'. El resto de actividades tienen una duración de 50'.



Zaragoza
AYUNTAMIENTO

INSTALACIONES DEPORTIVAS