

HORARIO RAMBLETA

De lunes a viernes: de 08:00 a 23:00h

Sábados: de 08:00 a 14:00h

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

CUERPO Y MENTE

ACUÁTICAS

TONIFICACIÓN

CARDIOVASCULARES

COREOGRAFIADAS

JUNIOR Y FAMILIARES

SENIOR

RAQUETA



HORA	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO	HORA
08:15	SC CICLO	S2 PUMP 30'	S2 PILATES	S2 B. ATTACK	SC CICLO			08:15
08:30	PI AQUAFITNESS	PI AQUADYNAMIC	PI AQUAFITNESS			PI AQUADYNAMIC		08:30
08:45	PI AQUAFITNESS	S1 ESTIRAMIENTOS						08:45
09:00	ZM FUNCIONAL				ZM FUNCIONAL			09:00
09:15	S1 FITNESS	SC CICLO	S2 SH'BAM	S1 PILATES	S1 YOGA			09:15
09:30		AL RUNNERS INI						09:30
09:30	S2 ZUMBA	S2 B. COMBAT	S1 GAP	SC CICLO	SC CICLO			09:30
09:45	SC CICLO	S1 B. BALANCE	SC CICLO	S2 PUMP BASIC	S2 B. PUMP	SC CICLO	PI AQUAFITNESS	09:45
10:15	S1 PILATES	SC CICLO	S2 EN FORMA	S2 B. COMBAT	S1 CXWORX			10:15
10:15				PI AQUAFITNESS				10:15
10:30	S2 B. PUMP	S2 PILATES BASIC	S1 COMBAT BASIC	S1 GAP	S2 B. COMBAT	S2 SH'BAM	S2 B. PUMP	10:30
10:30				SC CICLO 30'	PI AQUADYNAMIC		AL FAMILIAR	10:30
10:30							SC CICLO	10:30
10:45			PI AQUAFITNESS					10:45
10:45		S1 B. ATTACK	SC CICLO		S1 B. BALANCE	S1 B. BALANCE		10:45
11:00	PI AQUAFITNESS	S2 SH'BAM	S1 MAYORES					11:00
11:15	S1 MAYORES	PI AQUADYNAMIC	S2 ZUMBA	PI AQUADYNAMIC				11:15
11:15				S2 CXWORX				11:15
11:30	S2 CXWORX			S1 B. BALANCE	S2 MAYORES	S2 COMBAT-PUMP	S2 B. COMBAT	11:30
11:45			PI AQUADYNAMIC	S2 ZUMBA	PI AQUAFITNESS		SC CICLO	11:45
11:45					S1 SH'BAM			11:45
12:00	S2 B. COMBAT							12:00
12:00	PI AQUADYNAMIC	S2 B. PUMP	S1 B. ATTACK					12:00
12:15	SC CICLO	PI AQUAFITNESS		SC CICLO				12:15
12:30						SC CICLO	S2 ZUMBA	12:30
12:45				PI AQUAFITNESS				12:45
14:30	S2 B. ATTACK	SC CICLO	S2 PUMP 30'	SC CICLO	S2 ZUMBA			14:30
15:00			S2 CXWORX					15:00
15:30	SC CICLO	S2 B. PUMP	SC CICLO	S2 B. COMBAT	SC CICLO			15:30
16:00								16:00
16:30	S2 PUMP 30'				ZM FUNCIONAL			16:30
16:45		S2 COMBAT 30'	S2 CXWORX	SC CICLO 30'				16:45
17:00	S2 B. BALANCE				S2 CXWORX			17:00
17:15	S1 GAP	S2 B. ATTACK	S2 B. COMBAT	SC CICLO				17:15
17:30	SC CICLO	SC CICLO	S1 ZUMBA	AL MULTIDEPORTE 8-	SC CICLO			17:30
17:30	AL PREDEPORTE 4-7	AL MULTIDEPORTE 8-	AL PSICOMOTRICIDAD	S1 ZUMBA +12	AL PREDEPORTE 4-7			17:30
17:30		S1 ZUMBA +12						17:30
17:45			SC CICLO	S2 B. PUMP	S2 ZUMBA			17:45
18:00	S2 ZUMBA				S1 PILATES			18:00
18:15	S1 B. COMBAT	S2 SH'BAM	S2 FITNESS	PI AQUADYNAMIC				18:15
18:30	SC CICLO	S1 PILATES	S1 B. BALANCE	S1 YOGA	AL RUNNERS KIDS			18:30
18:30	AL RUNNERS KIDS	AL MULTIDEPORTE 8-	AL MULTIDEPORTE 8-	AL MULTIDEPORTE 8-				18:30
18:45		SC CICLO	SC CICLO	S2 B. ATTACK	S2 EN FORMA			18:45
19:00	S2 B. PUMP		ZM FUNCIONAL	SC CICLO	S1 B. BALANCE			19:00
19:00	PI AQUAFITNESS				SC CICLO			19:00
19:15	S1 PILATES	S2 EN FORMA	S2 YOGA					19:15
19:30	ZM FUNCIONAL	PI AQUADYNAMIC	PI AQUAFITNESS	S1 B. COMBAT				19:30
19:30		S1 CXWORX	S1 GAP					19:30
19:30		AL FORUS RUNNERS						19:30
19:45	SC CICLO	SC CICLO BASIC		S2 ZUMBA	S2 CXWORX			19:45
20:00	S2 B. ATTACK	S1 B. BALANCE		SC CICLO	SC CICLO			20:00
20:15	ZM ESTIRAMIENTOS	S2 B. COMBAT	S2 B. PUMP		S2 B. COMBAT			20:15
20:15	S1 ZUMBA							20:15
20:30			AL RUNNERS AV					20:30
20:30		PI C. NADADOR	S1 B. ATTACK	AL RUNNERS INI				20:30
20:45	AL FORUS RUNNERS		SC CICLO	PI C. NADADOR				20:45
20:45	SC CICLO							20:45
21:00	S2 FITNESS	S1 ZUMBA		S2 B. BALANCE				21:00
21:00		SC CICLO						21:00
21:15		S2 B. PUMP	S2 ZUMBA					21:15

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.

Las actividades +12, podrán asistir todos los usuarios mayores de 12 años, teniendo prioridad los usuarios de edad comprendida entre los 12 y los 15.

Las actividades 30, BASIC, Abdomen, CX-Worx, E. Funcional, Estiramientos y F Runners Ini. tendrán una duración de 30 min.

Las actividades familiares están dirigidas a niños acompañados de adultos.