

# HORARIO ACTIVIDADES HUELVA 11-11-2019

■ CUERPO MENTE 
 ■ ACUÁTICAS 
 ■ TONIFICACIÓN 
 ■ CARDIOVASCULARES 
 ■ BAILE 
 ■ INFANTILES Y FAMILIARES 
 ■ SENIOR 
 ■ FREE 
 ■ ENTRENA+

LUNES		MARTES		MIÉRCOLES		JUEVES		VIERNES		SÁBADO		DOMINGO														
07:30	SI	I. WALKING	07:30	S1	B. PUMP	07:30	SC	CICLO	07:30	S1	FITNESS	07:30	S2	CROSS TRAINING	10:15	SC	CICLO	10:15	S1	B. PUMP						
09:00	S2	HIPOPRESIVOS	09:30	S1	EN FORMA	09:30	S2	B. COMBAT	09:30	S2	PILATES	08:30	PI	FORUS SWIMMERS	10:30	S1	B. PUMP	10:15	S2	PILATES	10:15	S2	PILATES			
09:30	S1	EN FORMA	09:45	S2	YOGA	09:45	S1	GAP	09:45	FU	ABDOMINALES	08:30	S2	YOGA	10:45	S2	PILATES BASIC	10:30	SI	I. WALKING	10:30	SI	I. WALKING			
09:45	SC	CICLO	10:15	SC	CICLO	10:00	PI	AQUADYNAMIC	10:00	S1	SH'BAM	09:15	S1	B. PUMP	11:15	S2	B. BALANCE	11:00	FU	ABDOMINALES	11:00	FU	ABDOMINALES			
10:00	S2	PILATES	10:30	S1	B. ATTACK	10:00	SI	I. WALKING	10:15	SC	CICLO	09:30	S2	B. BALANCE	11:15	AL	SPORT FAMILY	11:15	S1	MOVE FAMILY	11:15	S1	MOVE FAMILY			
10:15	PI	AQUAFITNESS	10:45	S2	SH'BAM	10:30	S2	PILATES	10:30	S2	YOGA	09:45	SI	I. WALKING	11:30	S1	B. COMBAT	11:15	S2	ESTIRAMIENTOS	11:15	S2	ESTIRAMIENTOS			
10:30	S1	B. PUMP	11:15	SI	I. WALKING	10:45	S1	ZUMBA	11:00	S1	B. PUMP	10:15	S1	B. COMBAT	11:30	SI	I. WALKING	11:30	SI	I. WALKING	11:30	SC	CICLO			
10:45	SI	I. WALKING	11:30	S1	B. PUMP	11:00	SC	CICLO	11:15	SI	I. WALKING	10:30	PI	AQUAFITNESS	12:15	S2	BALANCE MIX 4-11	11:30	AL	SPORT KIDS 8-11	11:30	AL	SPORT KIDS 8-11			
11:00	S2	B. BALANCE	11:30	PI	AQUADYNAMIC	11:30	S2	B. BALANCE	11:30	S2	B. ATTACK	10:30	S2	PILATES	12:30	S1	ZUMBA	11:45	S2	B. BALANCE	11:45	S2	B. BALANCE			
11:30	S1	B. COMBAT	11:45	S2	PILATES	11:45	S1	EN FORMA	11:30	PI	AQUAFITNESS	11:15	S1	EN FORMA	12:45	SC	CICLO	12:15	S1	DINAMIZACIÓN	12:15	S1	DINAMIZACIÓN			
12:00	S2	EMBARAZADAS	12:30	S1	OLEFIT	14:30	S1	B. COMBAT	12:00	S1	ZUMBA	11:15	SC	CICLO	13:15	S2	ABDOMINALES	12:30	SC	CICLO	12:30	SC	CICLO			
12:30	S1	ZUMBA	14:15	S2	CROSS TRAINING	16:30	S2	MAMÁS Y BEBÉS	14:30	S1	B. PUMP	11:30	S2	HIPOPRESIVOS	13:45	S1	PUMP BASIC	12:30	FU	FUNCIONAL	12:30	FU	FUNCIONAL			
14:30	SC	CICLO	17:15	S2	SH'BAM KIDS 8-11	17:15	SI	I. WALKING	15:30	SC	CICLO 30'	12:15	S1	ZUMBA	17:00	S1	ABDOMINALES	12:45	S1	FITNESS	12:45	S1	FITNESS			
17:00	S1	OLEFIT	17:30	S1	SH'BAM	17:30	S2	B. BALANCE	17:15	SI	I. WALKING	14:30	SI	I. WALKING	17:30	PI	AQUASPORT MIX 4-11	12:45	S2	CROSS MIX 4-11	12:45	S2	CROSS MIX 4-11			
17:15	S2	EXPRESSION GAMES 4-7	17:45	SI	I. WALKING	17:30	PI	AQUA GAMES 4-7	17:15	AL	SPORT GAMES 4-7	17:00	FU	ABDOMINALES	17:30	S1	PUMP 30'	13:45	S1	COMBAT BASIC	13:45	S1	COMBAT BASIC			
17:15	PI	AQUASPORT KIDS 8-11	18:15	S2	YOGA	17:45	S1	ZUMBA	17:30	S2	HIPOPRESIVOS	17:00	S2	GYM GAMES 4-7	18:00	SC	CICLO									
17:30	SC	CICLO	18:30	S1	CXWORX	18:15	SC	CICLO	17:45	S1	B. COMBAT	17:30	S1	B. PUMP	18:30	PI	DINAMIZACIÓN	18:30	PI	DINAMIZACIÓN						
18:00	S1	B. ATTACK	18:30	AL	SPORT GAMES 4-7	18:30	S2	YOGA	18:15	AL	SPORT KIDS 8-11	17:45	SC	FORUS BIKERS	19:00	PI	AQUA FAMILY									
18:15	S2	PILATES	18:45	SI	I. WALKING	18:30	AL	SPORT KIDS 8-11	18:15	SC	CICLO	18:00	S2	YOGA KIDS 8-11												
18:30	SI	I. WALKING	19:00	SC	CICLO	18:45	S1	GAP	18:30	S2	PILATES	18:30	S1	ZUMBA												
18:45	SC	CICLO	19:00	S1	B. COMBAT	19:00	SI	I. WALKING	18:45	S1	B. PUMP	18:45	SC	CICLO												
19:00	PI	AQUADYNAMIC	19:15	S2	PILATES	19:15	SC	CICLO	19:15	SI	I. WALKING	19:00	S2	B. BALANCE												
19:00	S1	B. PUMP	19:30	PI	AQUAFITNESS	19:30	S2	B. ATTACK	19:15	AL	FORUS RUNNERS	19:30	S1	B. COMBAT												
19:15	S2	B. BALANCE	19:45	SI	I. WALKING	19:30	PI	AQUADYNAMIC	19:30	S2	B. BALANCE	19:30	AL	PÁDEL FREE												
19:45	SC	CICLO	20:00	AL	FORUS RUNNERS	19:45	S1	SH'BAM	19:30	PI	AQUAFITNESS	19:30	PI	AQUADYNAMIC												
20:00	S1	ZUMBA	20:00	S1	B. PUMP	20:00	AL	PÁDEL FREE	19:45	S1	ZUMBA	19:45	SI	I. WALKING												
20:00	AL	FÚTBOL FREE	20:15	S2	B. BALANCE	20:15	SC	CICLO	20:15	SC	CICLO	20:00	S2	HIPOPRESIVOS												
20:00	AL	TENIS FREE	20:45	SC	CICLO	20:30	PI	FORUS SWIMMERS	20:30	S2	YOGA	20:30	S1	OLEFIT												
20:15	S2	B. COMBAT	21:00	S1	ZUMBA	20:30	S2	PILATES	20:45	S1	CXWORX															
20:45	SI	I. WALKING				20:45	S1	B. PUMP	21:15	S1	B. ATTACK															
21:00	S1	GAP																								

**De lunes a viernes:** de 7:00h a 23:00h  
**Sábados:** de 10:00h a 22:00h.  
**Domingos y festivos:** de 10:00h a 22:00h

La empresa, atendiendo a razones objetivas y avisando con la debida antelación, se reserva el derecho de cambio, ampliación o anulación de las actividades.  
 El acceso a las AADD está limitado por razones de edad. Consulta la normativa del centro al respecto.  
 Las actividades 30, BASIC, Abdomen, Cx-Worx, Funcional y Estiramientos tendrán una duración de 25 min, las actividades Ciclo indoor, Indoor walking,  
 Sh`bam y Aquadynamic tendrán una duración de 45 min, y el resto de actividades de 50 min.  
 A las Actividades Family podrá acceder todo tipo de público a partir de 4 años.  
 Las Actividades marcadas con una estrella (\*) son de reserva previa, con el Totem desde 30 min y con la APP ENFORMAPP desde 45 min antes de la hora de inicio de la actividad, a excepción de las actividades acuáticas, que será con 45 min de antelación.