

HORARIO ACTIVIDADES MURCIA 06-01-2020

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

LUNES		MARTES		MIÉRCOLES		JUEVES		VIERNES		SÁBADO		DOMINGO								
07:15	S1	FITNESS	07:15	SC	CICLO	07:15	S1	GAP	07:15	SC	CICLO	07:15	S1	GAP	09:15	S1	GAP	09:15	S2	B. BALANCE
08:30	S2	EN FORMA	07:30	S2	YOGA	08:00	SC	YOGA	08:00	S1	B. PUMP	08:30	S2	B. BALANCE	09:15	SI	I. WALKING	09:15	SC	CICLO
08:45	S1	PILATES	08:15	S1	B. PUMP	08:15	SC	CICLO	08:15	S2	ESPALDA SANA	08:45	SI	I. WALKING	09:30	SC	CICLO	10:00	S1	B. PUMP
08:45	SC	I. WALKING	08:30	SI	I. WALKING	08:15	S5	FORUS EXPERIENCE	09:00	S1	OLEFIT	09:15	SC	CICLO	09:30	SC	YOGA	10:00	PB	CROSS FAMILY
09:00	EX	★ PÁDEL FREE	08:30	S2	ESPALDA SANA	09:00	S2	PILATES	09:15	PI	AQUAFITNESS	09:15	S1	EN FORMA	10:00	EX	FORUS RUNNERS	10:15	S2	SH'BAM
09:30	S5	★ QUEENAX PILATES	09:15	S1	ZUMBA	09:00	EX	FORUS RUNNERS	09:15	S2	B. BALANCE	09:25	PI	AQUAFITNESS	10:15	S1	B. ATTACK	10:30	SC	CICLO
09:30	S1	B. COMBAT	09:15	PI	AQUAFITNESS	09:15	S1	B. PUMP	09:30	SI	I. WALKING	09:30	S2	★ HIPOPRESIVOS	10:30	S2	PILATES	11:00	S1	B. COMBAT
09:30	PI	AQUADYNAMIC	09:30	SC	CICLO	09:15	SI	I. WALKING	09:45	SC	CICLO	09:45	S5	QUEENAX PILATES	10:30	SC	CICLO	11:00	SI	I. WALKING
09:45	S2	YOGA	09:30	S2	★ PILATES	09:30	PI	AQUADYNAMIC	10:00	S1	B. PUMP	10:15	S1	ZUMBA	11:00	PB	SPORT FAMILY	11:30	S5	FORUS EXPERIENCE
09:45	SC	CICLO	09:30	EX	FORUS RUNNERS	10:00	SC	CICLO	10:15	S2	YOGA	10:30	S2	ABDOMINALES	11:15	S1	B. PUMP	11:30	S2	CXWORX
10:30	SI	I. WALKING	10:15	S1	B. ATTACK	10:00	S2	ABDOMINALES	10:15	S5	QUEENAX PILATES	10:30	SI	I. WALKING	11:30	SI	I. WALKING	12:00	S2	★ YOGA
10:30	S1	B. PUMP	10:15	PI	AQUADYNAMIC	10:15	S1	B. COMBAT	10:30	PI	FORUS SWIMMERS	10:30	EX	★ PÁDEL FREE	11:30	S2	CXWORX	12:00	S1	GAP
10:45	S2	PILATES	10:30	S2	YOGA	10:30	S2	B. BALANCE	10:45	SI	I. WALKING	11:00	S2	PILATES	12:00	SC	CICLO	12:00	SC	CICLO
11:30	S1	SH'BAM	10:30	SI	I. WALKING	10:30	SI	I. WALKING	11:00	S1	SH'BAM	11:00	PI	AQUADYNAMIC	12:15	S2	B. BALANCE	12:15	PI	AQUAFITNESS
11:30	SC	CICLO	11:15	PI	AQUAFITNESS	11:00	PI	AQUAFITNESS	11:15	S2	ABDOMINALES	11:15	S1	B. PUMP	12:30	S1	ZUMBA	12:30	PB	DINAMIZACIÓN
11:30	PI	AQUAFITNESS	11:15	S1	EN FORMA	11:15	S1	EN FORMA	11:30	SC	CICLO	11:30	CI	FORUS BIKERS	13:15	PI	AQUAFITNESS	13:00	SI	I. WALKING
11:30	S5	FORUS EXPERIENCE	11:30	S2	B. BALANCE	11:30	S2	PILATES	11:30	PI	AQUADYNAMIC	12:00	S2	YOGA	18:00	S2	BALANCE MIX 4-11	13:00	S1	B. ATTACK
11:45	S2	CXWORX	11:45	SC	CICLO	12:15	S1	ZUMBA	11:45	S2	PILATES	14:30	S5	ABDOMINALES	18:15	S1	B. PUMP	13:00	S2	PILATES
12:15	S2	B. BALANCE	14:15	SI	I. WALKING	12:30	PI	AQUADYNAMIC	12:00	S1	B. ATTACK	17:00	PI	AQUA GAMES 4-7	19:00	S2	DINAMIZACIÓN	13:15	PI	AQUASPORT MIX 4-11
12:45	PI	AQUAFITNESS	14:30	S1	GAP	14:30	S2	YOGA	12:45	PI	AQUAFITNESS	17:15	S2	PILATES BASIC	19:15	SC	CICLO			
14:30	SC	CICLO	16:30	S1	FITNESS	14:45	SC	CICLO	14:30	SI	I. WALKING	17:15	SI	I. WALKING	19:30	S2	MOVE FAMILY			
14:30	S1	B. PUMP	17:00	SC	CICLO	17:00	S1	GAP	15:00	S1	FITNESS	17:30	S1	B. PUMP						
16:30	S1	HIPOPRESIVOS	17:30	S2	HIPOPRESIVOS	17:15	S2	PILATES	16:30	SI	I. WALKING	17:45	S2	OLEFIT						
16:45	S2	PILATES	17:30	PB	SPORT KIDS 8-11	17:30	S5	YOGA KIDS 8-11	17:00	S1	ZUMBA	18:00	PB	SPORT KIDS 8-11						
17:30	S1	CXWORX	17:45	S1	B. COMBAT	18:00	S1	B. PUMP	17:30	S5	GYM GAMES 4-7	18:00	S5	ABDOMINALES						
17:45	S2	B. BALANCE	18:00	SP	EXPRESSION GAMES 4-7	18:15	S2	SH'BAM	17:30	S2	ABDOMINALES	18:30	S1	ZUMBA						
18:00	SC	CICLO	18:30	S2	ZUMBA	18:30	PB	SPORT KIDS 8-11	18:00	S2	PILATES	18:30	S5	★ FORUS EXPERIENCE						
18:00	S1	GAP	18:30	PB	BODY GAMES 4-7	18:30	SC	CICLO	18:00	SI	I. WALKING	18:30	SC	CICLO						
18:00	S5	SH'BAM KIDS 8-11	18:45	S1	CXWORX	19:00	SI	B. ATTACK	18:00	PB	EXPRESSION GAMES 4-7	18:45	S2	YOGA						
18:15	SI	I. WALKING	18:45	SI	I. WALKING	19:00	S5	★ ABDOMINALES	18:15	S1	B. PUMP	19:15	SI	I. WALKING						
18:30	PI	FORUS SWIMMERS	19:00	S5	QUEENAX PILATES	19:15	S2	YOGA	18:30	S5	SH'BAM KIDS 8-11	19:30	S1	GAP						
19:00	S1	B. COMBAT	19:00	SC	CICLO	19:15	SI	I. WALKING	18:45	SC	CICLO	19:45	PI	AQUAFITNESS						
19:00	PB	SPORT GAMES 4-7	19:00	PI	AQUADYNAMIC	19:30	PI	AQUADYNAMIC	19:00	PI	AQUAFITNESS	19:45	S2	PILATES						
19:15	SC	★ CICLO	19:15	S1	★ B. PUMP	19:30	EX	FORUS RUNNERS	19:00	S2	YOGA	19:45	SC	CICLO						
19:15	S2	SH'BAM	19:30	S2	★ PILATES	19:30	S5	★ FORUS EXPERIENCE	19:15	S1	B. COMBAT	20:00	EX	★ PÁDEL FREE						
19:15	S5	★ QUEENAX PILATES	20:00	PI	AQUAFITNESS	19:30	SC	CICLO	19:45	SI	I. WALKING									
19:30	SI	★ I. WALKING	20:00	EX	★ PÁDEL FREE	20:00	S1	ZUMBA	19:45	SI	I. WALKING									
19:30	PI	AQUAFITNESS	20:00	SI	I. WALKING	20:15	SI	I. WALKING	20:00	SC	CICLO									
20:00	S1	ZUMBA	20:00	S5	★ FORUS EXPERIENCE	20:15	S2	B. BALANCE	20:00	PI	AQUADYNAMIC									
20:15	S2	YOGA	20:15	S1	B. ATTACK	20:30	PI	AQUAFITNESS	20:15	S1	CXWORX									
20:15	S5	★ ABDOMINALES	20:15	SC	CICLO	20:30	S5	★ QUEENAX PILATES	20:30	PI	FORUS SWIMMERS									
20:15	SC	★ CICLO	20:15	EX	FORUS RUNNERS	20:30	SC	CICLO	20:45	S1	OLEFIT									
20:30	SI	I. WALKING	20:30	S2	ABDOMINALES	21:00	S1	B. COMBAT	20:45	S5	★ FORUS EXPERIENCE									
20:30	PI	AQUADYNAMIC	20:30	PI	FORUS SWIMMERS	21:00	EX	★ PÁDEL FREE	21:00	S2	B. BALANCE									
20:30	EX	RUNNERS AV	21:00	SI	I. WALKING	21:15	SI	I. WALKING	21:00	SC	CICLO									
20:45	S5	FORUS EXPERIENCE	21:15	S2	YOGA	21:15	S2	PILATES	21:15	SC										
21:00	S1	★ B. PUMP	21:15	S1	SH'BAM	21:30	SC	CICLO												
21:15	S2	PILATES	21:15	SC	CICLO															

De lunes a viernes: de 7:00h a 23:00h
Sábados: de 9:00h a 21:00h.
Domingos y festivos: de 09:00h a 15:00h

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 de acceso en recepción al respecto.
 Las actividades 30, BASIC, Abdomen, CxWorxyF Runners Ini. tendrán una duración de 25 min. Las actividades familiares están dirigidas a niños acompañados de adultos.
 Las actividades marcadas con una estrella (*) son de reserva previa desde 30 min antes de la hora de inicio de la actividad a excepción de las actividades acuáticas, que serán con 45 min.