

2019-2020
Irailetik Ekainera / Sept.-Junio

Jarduera ordutegia
Horario de actividades

MULTI



		GOIZA -MAÑANA													
		8:00	8:15	8:30	8:45	9:00	9:15	9:30	9:45	10:00	10:15	10:30	10:45	11:00	11:15
ASTELEHENA	LUNDIAKO 1	A				GLOBAL FITNESS									
	LUNDIAKO 2	B						BODYWEIGHT							
ASTEARTEA	LUNDIAKO 1	B													
	LUNDIAKO 2	B													
ASTEAZKENA	LUNDIAKO 1	B													
	LUNDIAKO 2	B													
OSTEGUNA	LUNDIAKO 1	B													
	LUNDIAKO 2	B													
OSTIRALA	LUNDIAKO 1	B													
	LUNDIAKO 2	B													
LARUNBATA-SÁBADO		(Landako 1)													
LARUNBATA	LUNDIAKO 1	A				GLOBAL FITNESS									
	LUNDIAKO 2	B													
IGANDEA	LUNDIAKO 1	A													
	LUNDIAKO 2	B													

		EGUERDIA - MEDIODÍA													
		12:00-13:30	13:30	14:00	14:15	14:30	14:45	15:00	15:15	15:30	15:45	16:00	16:15	16:30	16:45
ASTELEHENA	LUNDIAKO 1														
	LUNDIAKO 2														
ASTEARTEA	LUNDIAKO 1														
	LUNDIAKO 2														
ASTEAZKENA	LUNDIAKO 1														
	LUNDIAKO 2														
OSTEGUNA	LUNDIAKO 1														
	LUNDIAKO 2														
OSTIRALA	LUNDIAKO 1														
	LUNDIAKO 2														

		ARRATSALDEA - TARDE													
		17:00	17:15	17:30	17:45	18:00	18:15	18:30	18:45	19:00	19:15	19:30	19:45	20:00	20:15
ASTELEHENA	LUNDIAKO 1														
	LUNDIAKO 2														
ASTEARTEA	LUNDIAKO 1														
	LUNDIAKO 2														
ASTEAZKENA	LUNDIAKO 1														
	LUNDIAKO 2														
OSTEGUNA	LUNDIAKO 1														
	LUNDIAKO 2														
OSTIRALA	LUNDIAKO 1														
	LUNDIAKO 2														

UR JARDUERAK
ACTIVIDADES DE AGUA
AQUABIKE
GRUPO NATACION
AGUAGYM

JARDUERA AEROBIOKAK
ACTIVIDADES AEROBICAS
ZUNBA
BAILES

GINNASIA SUAVE
YOGA
PILATES
STRECHING
HIPOPRESIVOS-PILATES

GINNASIA
GLOBAL FITNESS
GIM MANT +60
BODYWEIGHT

SPINBIKE