

PROGRAMA CLASES COLECTIVAS ABRIL

LUNES

INICIO	FIN	CLASE	PROF.	SALA	INT	DIF
9:30	10:20	CYCLING	DIEGO	CY	▼▼▼	*
10:30	11:20	WORKOUT	CARMEN	1	▼▼▼	*
11:30	12:20	CUIDA TU ESPALDA	CARMEN	1	▼▼	*
11:30	12:00	CIRCUITO ACTIVATE	ALEC	GYM	▼▼▼	*
12:30	13:20	HATHA YOGA	JAVIER M.	1	▼▼	*
13:30	14:00	MEDITACIÓN	JAVIER M.	1	▼	*
14:30	15:20	FITNESS	DIEGO	1	▼▼	*
18:00	18:50	WORKOUT	OMAR	1	▼▼▼	*
19:00	19:50	BOXEO	OMAR	1	▼▼▼▼	*
20:00	20:50	HIT	JOSÉ	GYM	▼▼▼▼	*

MIÉRCOLES

INICIO	FIN	CLASE	PROF.	SALA	INT	DIF
10:30	11:20	FITNESS	CARMEN	1	▼▼	*
11:30	12:20	ELASTIC	CARMEN	1	▼▼	*
11:30	12:00	CIRCUITO CARDIO	ALEC	GYM	▼▼▼	*
12:30	13:20	BOXEO	ANTONIO	1	▼▼▼▼	*
13:30	14:20	BOXEO	ANTONIO	1	▼▼▼▼	*
14:30	15:20	WORKOUT	DIEGO	1	▼▼▼	*
18:30	19:20	BOXEO	OMAR	1	▼▼▼▼	*
18:30	19:20	HATHA YOGA	JAVIER M.	Pilates	▼▼	*
19:30	20:00	MEDITACIÓN	JAVIER M.	Pilates	▼	*
20:00	20:50	CYCLING	MARIA	CY	▼▼▼	*
20:00	20:50	HIT	JOSÉ	GYM	▼▼▼▼	*

VIERNES

INICIO	FIN	CLASE	PROF.	SALA	INT	DIF
9:30	10:20	CYCLING	FRAN	CY	▼▼▼	*
10:30	11:20	FITNESS	ARIEL	1	▼▼	*
11:30	12:20	GAP	ARIEL	1	▼▼	*
12:30	13:20	HATHA YOGA	JAVIER M.	1	▼▼	*
13:30	14:00	MEDITACIÓN	JAVIER M.	1	▼	*

Intensidad ▼ Baja | ▼▼ Media | ▼▼▼ Alta | ▼▼▼▼ Muy Alta

Dificultad * Baja | ** Media | *** Alta | **** Muy Alta



DESCARGA AQUÍ EL HORARIO

MARTES

INICIO	FIN	CLASE	PROF.	SALA	INT	DIF
10:30	11:20	MANTENIMIENTO	ALEC	1	▼	*
11:30	12:20	BAILE Y MOVIMIENTO	ANDREA	1	▼▼▼	*
12:30	13:20	HATHA YOGA	JAVIER M.	1	▼▼	*
12:30	13:20	NORDIK WALKING	FRAN	1	▼▼▼	*
13:30	14:00	MEDITACIÓN	JAVIER M.	1	▼	*
14:30	15:20	CYCLING	FRAN	CY	▼▼▼	*
18:00	18:50	FITNESS	HUGO	1	▼▼	*
19:00	19:50	FIT BOX	HUGO	1	▼▼▼	*
20:00	20:50	CUIDA TU ESPALDA	HUGO	1	▼▼	*

JUEVES

INICIO	FIN	CLASE	PROF.	SALA	INT	DIF
10:30	11:20	MANTENIMIENTO	ALEC	1	▼	*
11:30	12:20	BAILE Y MOVIMIENTO	ANDREA	1	▼▼▼	**
12:30	13:20	ELASTIC	FRAN	1	▼▼▼	**
12:30	13:20	HATHA YOGA	JAVIER M.	2	▼▼	*
13:30	14:00	MEDITACIÓN	JAVIER M.	2	▼	*
18:00	18:50	WORKOUT	HUGO	1	▼▼▼	*
19:00	19:50	FIT BOX	HUGO	1	▼▼▼	*
20:00	20:50	BOXEO	OMAR	1	▼▼▼▼	*

SÁBADO

INICIO	FIN	CLASE	PROF.	SALA	INT	DIF
11:30	12:20	WORKOUT	ARIEL	1	▼▼▼	*
12:30	13:20	ELASTIC	ARIEL	1	▼▼	*
13:00	13:50	CYCLING	HUGO G.	CY	▼▼▼	*

Salas 1, 2 y Pilates: Están situadas debajo de la pista central de tenis.

Sala GYM y CY: Están situadas en la zona de Piscina cubierta.

TODOS LOS GRUPOS SE PUEDEN IMPARTIR AL AIRE LIBRE (SI EL TIEMPO LO PERMITE Y EL PROFESOR/A LO CONSIDERA OPORTUNO)

CA21

INFORMACIÓN GENERAL:

- Se prohíbe el uso de teléfonos móviles durante el desarrollo de las sesiones.
- Por cuestiones de seguridad, se prohíbe la entrada a las clases una vez transcurridos 5 min. desde su inicio.
- Los profesores del gimnasio Club de Campo Villa de Madrid están debidamente titulados y son expertos en las actividades que imparten.



Club de Campo
Villa de Madrid

WWW.CCVM.ES