

PROGRAMA GRUPOS REDUCIDOS CCVM

LUNES

INICIO	FIN	CLASE	SALA	GRUPO
09:30	10:20	PREPARACIÓN FÍSICA GOLF	Hockey	PGF1
09:30	10:20	GRUPO PILATES	1	1
09:30	10:20	PREPARACIÓN FÍSICA GOLF	2	PGF18
10:30	11:20	PREPARACIÓN FÍSICA PILATES-GOLF	Hockey	PGF2
10:30	11:20	GRUPO PILATES	2	2
11:30	12:20	PREPARACIÓN FÍSICA PILATES-GOLF	Hockey	PGF3
12:30	13:20	GRUPO PILATES	2	3
14:30	15:20	GRUPO PILATES	Pilates	4
14:30	15:20	CROSS TRAINING	GYM	CT
16:30	17:20	GRUPO PILATES	1	5
17:00	17:50	GRUPO PILATES	2	6
18:00	18:50	GRUPO PILATES	2	7
19:00	19:50	GRUPO PILATES	2	8
20:00	20:50	GRUPO PILATES	2	9
20:00	20:50	GRUPO PILATES	Pilates	10

MIÉRCOLES

INICIO	FIN	CLASE	SALA	GRUPO
09:30	10:20	GRUPO PILATES	1	1
09:30	10:20	PREPARACIÓN FÍSICA PILATES-GOLF	Hockey	PGF6
09:30	10:20	PREPARACIÓN FÍSICA GOLF	GYM	PGF7
10:30	11:20	GRUPO PILATES	2	2
10:30	11:20	PREPARACIÓN FÍSICA PILATES-GOLF	Hockey	PGF8
10:30	11:20	PREPARACIÓN FÍSICA PILATES-GOLF	Hockey	PGF9
11:30	12:20	PREPARACIÓN FÍSICA PILATES-GOLF	Hockey	PGF10
12:30	13:20	GRUPO PILATES	2	3
14:30	15:20	GRUPO PILATES	Pilates	4
18:00	18:50	GRUPO PILATES	2	7
18:30	19:20	FITNESS H.	GYM	HOC2
19:00	19:50	GRUPO PILATES	2	8
19:00	19:50	PREPARACIÓN FÍSICA GOLF	GYM	PGF11
20:00	20:50	GRUPO PILATES	2	9

VIERNES

INICIO	FIN	CLASE	SALA	GRUPO
09:30	10:20	PREPARACIÓN FÍSICA PILATES-GOLF	1	PGF14
09:30	10:20	PREPARACIÓN FÍSICA PILATES-GOLF	2	PGF17
10:30	11:20	PREPARACIÓN FÍSICA GOLF	GYM	PGF15
11:30	12:20	PREPARACIÓN FÍSICA PILATES-GOLF	2	PGF16
18:15	19:05	FITNESS H.	GYM	HOC2
18:30	19:20	FITNESS H.	GYM	HOC3
18:30	19:20	GRUPO PILATES	2	21

MARTES

INICIO	FIN	CLASE	SALA	GRUPO
09:30	10:20	GRUPO PILATES	1	11
09:30	10:20	GRUPO PILATES	2	12
09:30	10:20	PREPARACIÓN FÍSICA PILATES-GOLF	Hockey	PGF4
10:30	11:20	GRUPO PILATES	2	13
10:30	11:20	GRUPO PILATES	Pilates	14
11:30	12:20	GRUPO PILATES	2	15
11:30	12:20	PREPARACIÓN FÍSICA GOLF	GYM	PGF5
14:30	15:20	CLUB DE CORREDORES	GYM	RUN
14:30	15:20	CORE 360°	GYM	C360
14:30	15:20	GRUPO PILATES	2	16
17:00	17:50	GRUPO PILATES	2	25
18:00	18:50	GRUPO PILATES	2	17
18:15	19:05	FITNESS H.	GYM	HOC1
19:00	19:50	GRUPO PILATES	2	18
20:00	20:50	GRUPO PILATES	2	19

JUEVES

INICIO	FIN	CLASE	SALA	GRUPO
09:30	10:20	GRUPO PILATES	1	11
09:30	10:20	GRUPO PILATES	2	12
09:30	10:20	PREPARACIÓN FÍSICA GOLF	Hockey	PGF12
10:30	11:20	GRUPO PILATES	2	13
10:30	11:20	GRUPO PILATES	Pilates	14
11:30	12:20	GRUPO PILATES	2	15
11:30	12:20	PREPARACIÓN FÍSICA PILATES-GOLF	GYM	PGF13
14:30	15:20	CLUB DE CORREDORES	GYM	RUN
14:30	15:20	CORE 360°	GYM	C360
14:30	15:20	GRUPO PILATES	2	20
16:30	17:20	GRUPO PILATES	2	5
16:30	17:20	PADEL CORE STRENGTH	1	PCS
18:00	18:50	GRUPO PILATES	2	17
18:15	19:05	FITNESS H.	GYM	HOC1
19:00	19:50	GRUPO PILATES	2	18
19:30	20:20	BOOTCAMP + O.C.R.	GYM	BOOT
20:00	20:50	GRUPO PILATES	2	19
20:00	20:50	GRUPO PILATES	Pilates	10

SÁBADO

INICIO	FIN	CLASE	SALA	GRUPO
11:00	11:50	GRUPO PILATES	2	22
12:00	12:50	GRUPO PILATES	2	23
13:00	13:50	GRUPO PILATES	2	24

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)

INFORMACIÓN GENERAL:

1. Se prohíbe el uso de teléfonos móviles durante el desarrollo de las sesiones.
2. Por cuestiones de seguridad, se prohíbe la entrada a las clases una vez transcurridos 5 min. desde su inicio.
3. 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