

PROGRAMA CLASES COLECTIVAS AGOSTO

LUNES

INICIO	FIN	CLASE	PROF.	SALA	INT	DIF
10:00	10:50	WORKOUT	FRAN	1	▼▼▼	*
11:00	11:50	ELASTIC	ALEC	1	▼▼	*
20:00	20:50	HIIT	JOSÉ	GYM	▼▼▼▼	*

MARTES

INICIO	FIN	CLASE	PROF.	SALA	INT	DIF
10:00	10:50	MANTENIMIENTO	CARMEN	1	▼	*
11:00	11:50	GAP	OMAR	1	▼▼▼	*
19:00	19:50	BOOTCAMP	ALEJANDRO	GYM	▼▼▼	*

MIÉRCOLES

INICIO	FIN	CLASE	PROF.	SALA	INT	DIF
10:00	10:50	FITNESS	ALEJANDRO	1	▼▼	*
11:00	11:50	CUIDA TU ESPALDA	ALEC	1	▼▼	*
20:00	20:50	HIIT	JOSÉ	GYM	▼▼▼▼	*

JUEVES

INICIO	FIN	CLASE	PROF.	SALA	INT	DIF
10:00	10:50	MANTENIMIENTO	ALEC	1	▼	*
11:00	11:50	BALANCE	FRAN	1	▼▼	**
19:00	19:50	BOOTCAMP	ALEJANDRO	GYM	▼▼▼	*

VIERNES

INICIO	FIN	CLASE	PROF.	SALA	INT	DIF
10:00	10:50	FITNESS	ALEC	1	▼▼	*
11:00	11:50	GAP	ÁNGEL	1	▼▼	*

SÁBADO

INICIO	FIN	CLASE	PROF.	SALA	INT	DIF
11:00	11:50	WORKOUT	FRAN	1	▼▼▼	*
12:00	12:50	ELASTIC	FRAN	1	▼▼	*

DESCARGA AQUÍ EL HORARIO

CLASES PRESENCIALES + ONLINE

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

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

#: La bicicleta permite regular el nivel de carga a las capacidades de los participantes.

Sala 1 y Pilates : Están situadas debajo de la pista central de tenis. Sala GYM y CY: Están situadas en la zona de Piscinas.
Hoc: Pabellón cubierto de hockey.

**TODAS LAS CLASES SE PUEDEN IMPARTIR AL AIRE LIBRE
(SI EL TIEMPO LO PERMITE Y EL PROFESOR/A LO CONSIDERA OPORTUNO)**

INFORMACIÓN GENERAL:

1. Es obligatoria la reserva de plaza para poder asistir a clase, llamando por teléfono al 91 550 20 36 o presencialmente en el gimnasio.
2. Se prohíbe el uso de teléfonos móviles durante el desarrollo de las sesiones.
3. Los profesores del gimnasio Club de Campo Villa de Madrid están debidamente titulados y son expertos en las actividades que imparten.
4. Se prohíbe el acceso a las clases una vez transcurridos 5 minutos desde el inicio de la misma, salvo con autorización expresa del profesor/a.



Club de Campo
Villa de Madrid

WWW.CCVM.ES