

## HORARIO ACTIVIDADES 2021/2022

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO
	9:30-10:15H. TONO ABD	9:30-10:30H. PILATES	9:30-10:15H. TONO ABD	9:30-10:30H. PILATES	SALA DE FITNESS Y
10:00-11:00H. TAI CHI CHI KUNG	10:30-11:30H. TAI CHI CHI KUNG	10:00-11:00H. TAI CHI CHI KUNG	10:30-11:30H. TAI CHI CHI KUNG		
17:00-18:00H. TAI CHI CHI KUNG		17:00-18:00H. TAI CHI CHI KUNG			CURSOS DE FORMACIÓN DE TAI CHI Y CHI KUNG
18:00-18:45H. CROSS TRAINNING		18:00-18:45H. CROSS TRAINNING		18:00-18:45H. GAP + FUNCIONAL	
18:00-18:55H. KUNG FU INFANTIL	18:30-19:30H. PILATES	18:00-18:55H. KUNG FU INFANTIL	18:30-19:30H. PILATES	18:00-18:55H. KUNG FU INFANTIL	
19:00-20:00H. KUNG FU JUNIOR	19:30-20:15H. ZHUMBA	19:00-20:00H. KUNG FU JUNIOR	19:30-20:15H. STEP	19:00-20:00H. KUNG FU JUNIOR	
20:00-21:15H. KUNG FU AVANZADOS	19:45-21:00H. AIKIDO	20:00-21:15H. KUNG FU AVANZADOS	19:45-21:00H. AIKIDO	20:00-21:00H. KUNG FU AVANZADOS	
20:15-21:15H. PILATES	20:15-20:45H. STRETCH & FLOW	20:15-21:15H. PILATES	20:15-20:45H. STRETCH & FLOW		
21:15-22:30H. SANDÁ COMBATE		21:15-22:30H. SANDÁ COMBATE			

### HORARIO SALA FITNESS & MUSCULACIÓN:

#### LUNES, MIÉRCOLES Y VIERNES:

DE 8:30 A 13:30H. Y DE 16:00 A 22:30H.

#### MARTES Y JUEVES:

DE 8:30 A 13:30H. Y DE 17:00 A 22:00H.

**SÁBADOS:** DE 9:30 A 13:00H.



**Más información:**

Tel. 986 37 70 90 / WhatsApp: 671 61 19 83

[www.pentadeporteysalud.com](http://www.pentadeporteysalud.com)