

ACTIVIDADES DIRIXIDAS C.D. SANTA ISABEL

PROBA AS CLASES DE CROSSCIRCUIT

HORARIOS 26 - 30 XUÑO 2017

		LUNS				MARTES				MERCORES				XOVES				VENRES							
INICIO	FIN	ACTIVIDADE	S	N	MONITOR	ACTIVIDADE	S	N	MONITOR	ACTIVIDADE	S	N	MONITOR	ACTIVIDADE	S	N	MONITOR	ACTIVIDADE	S	N	MONITOR				
7:15	8:10									FIT-BIKE	3	1	EVA												
7:40	8:20					TONO	2	1	CLAUDIA					ESTIRAMOS	3	1	CLAUDIA								
9:00	9:55	TAI-CHI	1	2	DAVID					TAI-CHI	1	2	DAVID												
10:00	10:55	TAI-CHI	1	1	DAVID					TAI-CHI	3	1	DAVID	TONO	1	1	CLAUDIA								
10:00	10:55	FIT-BIKE	3	1	EVA	BODYSTEP	2	1	SERGIO	PUMP	2	1	SERGIO	BODYSTEP	2	1	PAULA	BODYSTEP	2	1	PAULA				
10:05	11:00					TONO	1	1	CLAUDIA													ZUMBA 10:00 HRS SALA 1 CLAUDIA			
11:05	12:00					COMBAT	2	1	SERGIO					ZUMBA	1	1	CLAUDIA					HIPOPRESIVOS 11:00-11:45H.			
11:05	12:00													AB&GL	2	1	PAULA								
11:05	12:00	TONO	2	1	EVA	ZUMBA	1	1	CLAUDIA	BODYSTEP	1	1	SERGIO									CROSSCIRCUIT 45' SALA 2 11:25H.			
12:00	12:45	HIPOPRESIVOS	3	1	PAULA					HIPOPRESIVOS	3	1	PAULA												
14:15	14:45	CROSSCIRCUIT SALA 2								CROSSCIRCUIT SALA 2								CROSSCIRCUIT ZONA FUNCIONAL							
VISÍTANOS EN WWW. SANTAISABEL.NET E BÚSCANOS EN FACEBOOK																									
18:00	18:55	A.F.S.	1	1	MONTSE					A.F.S.	1	1	MONTSE	AB&GL	2	1	J.BARREIRO	A.F.S.	3	1	MONTSE				
18:00	18:55	TONO	2	1	JAVI A.	ZUMBA	1	1	PAULA	AB&GL	2	1	JAVIER	IOGA 18:25-19:55 SALA 3											
18:00	18:55					IOGA 18:25-19:55 SALA 3								IOGA 18:25-19:55 SALA 3											
19:00	19:55	COMBAT	1	1	ELOY	AB&GL	2	1	PAULA	TONO	2	1	JAVIER	BODYSTEP	1	1	J.BARREIRO								
19:00	19:55	AB&GL	2	1	JAVI A.	COMBAT	1	1	JAVI A.	COMBAT	1	1	JAVI A.	PUMP	2	1	JAVI A.					CARDIOTONO	2	1	MONTSE
19:00	19:55																								
20:00	20:55	FIT-BIKE	3	1	JAVI A.	FIT-BIKE	3	1	JAVI A.	FIT-BIKE	3	1	JAVIER	FIT-BIKE	3	1	JAVI A.								
20:05	21:00					ZUMBA	1	1	CLAUDIA	TONO	2	1	CLAUDIA	ZUMBA	1	1	CLAUDIA								
20:10	21:05					TONO 20:00 HRS SALA 2 PAULA				BODYSTEP	1	1	JAVI A.					CROSSCIRCUIT	2	1	SERGIO				
20:10	21:05													BODYSTEP	2	1	SERGIO	BODYSTEP	1	1	JAVI A.				
20:10	21:05	PUMP	2	1	ELOY																				
21:15	22:10	COMBAT	2	1	JAVI A.	PUMP	2	1	JAVI A.	CAPOEIRA	1	1	MODELO					FIT-BIKE	3	1	JAVI A.				
21:15	22:10	AB&GL 30'	3	1	ELOY	IOGA 21:15-22:45 SALA 1				PUMP	2	1	JAVIER	PUMP	2	1	SERGIO	COMBAT	2	1	SERGIO				
21:15	22:10	CAPOEIRA	1	1	MODELO					FIT-BIKE	3	1	JAVI A.	COMBAT	1	1	JAVI A.								
21:50	22:20	ESTIRAMOS 30'	3	1	ELOY																				
22:15	22:45	CROSSCIRCUIT SALA 1								CROSSCIRCUIT SALA 1															

DEBERÁS COLLER TIQUE EN RECEPCIÓN PARA IR AS CLASES DE CROSSCIRCUIT, FIT-BIKE E ZUMBA

OS HORARIOS PODERÁN SUFRIR MODIFICACIÓNS POR ENFERMIDADES,VACACIÓNS,...