

PROGRAMACIÓN ACTIVIDADES FONTANAR SEPTIEMBRE 2023 - JUNIO 2024

		8:00	09:00	10:00	11:00	12:00	13:00								
LUNES	SALA USOS MULTIPLES				CORE EXPRES	ENT. EXPRESS							CROSS TRAINING	CROSS TRAINING	
	MUSCULACION / FITNESS		SALA				SALA			SALA					SALA
	PISTA ATLETISMO														
MARTES	SALA USOS MULTIPLES				CROSS TRAINING							GAP	ENTRE. EXPRES	GAP	ENTRE. EXPRES
	MUSCULACION / FITNESS		SALA				SALA			SALA					SALA
	PISTA ATLETISMO														
MIÉRCOLES	SALA USOS MULTIPLES				CORE EXPRES	ENT. EXPRESS							CROSS TRAINING	CROSS TRAINING	
	MUSCULACION / FITNESS		SALA				SALA			SALA					SALA
	PISTA ATLETISMO														
JUEVES	SALA USOS MULTIPLES				CROSS TRAINING							GAP	ENTRE. EXPRES	GAP	ENTRE. EXPRES
	MUSCULACION / FITNESS		SALA				SALA			SALA					SALA
	PISTA ATLETISMO														
VIERNES	SALA USOS MULTIPLES				CORE EXPRES	STRECHING							CROSS TRAINING	CORE	
	MUSCULACION / FITNESS		SALA				SALA			SALA					SALA
	PISTA ATLETISMO														

* AFORO MÁXIMO DE CLASE: 20 PERSONAS

