

PLANILLA DE ACTIVIDADES COLECTIVAS: OCT- NOV- DIC 2022

INICIO	LUNES				MARTES				MIÉRCOLES				JUEVES				VIERNES				SÁBADO		DOMINGO		
	Sala 1	Sala 2	Sala ciclo	Piscina Outdoor	Sala 1	Sala 2	Sala ciclo	Piscina Outdoor	Sala 1	Sala 2	Sala ciclo	Piscina Outdoor	Sala 1	Sala 2	Sala ciclo	Piscina Outdoor	Sala 1	Sala 2	Sala ciclo	Piscina Outdoor	Sala 1	Sala ciclo	Sala 1	Sala ciclo	
8:00																									
8:30	BODY POWER		CICLO V.		RITMOS		CICLO V.				CICLO V.	AQUAGYM	RITMOS		CICLO V.		BODY POWER		CICLO V.						
9:30	RITMOS		CICLO V.		AQUAGYM	YOGA		CICLO		BODY POWER		CICLO V.	AQUAGYM	YOGA	CICLO		RITMOS		CICLO			CICLO V.		9:30	
10:30	BODY POWER		CICLO V.		ORO	GAP	BALANCE	CICLO V.		PILATES	PIERNAS 30'	CICLO V.	ORO	BODY POWER	BALANCE	CICLO V.		ORO		CICLO V.	AQUAGYM		CICLO V.	CICLO V.	10:30
11:30	PILATES		CICLO V.		TAI-CHI			CICLO V.		RITMOS			TAI-CHI		CICLO V.			ESPALDA SANA		CICLO V.			CICLO V.	CICLO V.	11:30
12:30			CICLO V.					CICLO V.							CICLO V.					CICLO V.			CICLO V.	CICLO V.	12:30
13:30			CICLO V.					CICLO V.							CICLO V.					CICLO V.			CICLO V.	CICLO V.	
14:30			CICLO V.					CICLO V.							CICLO V.					CICLO V.			CICLO V.	CICLO V.	
15:30	PILATES		CICLO V.		AQUAGYM			CICLO V.		PILATES FITBALL			AQUAGYM		CICLO V.					CICLO V.			CICLO V.	15:00h AQUAGYM	
16:30	RITMOS		CICLO V.		CIRCUITO			CICLO V.		BODY POWER			CIRCUITO		CICLO V.					CICLO V.			CICLO V.	CICLO V.	
17:30	GAP		CICLO V.		PILATES	*BALLET INFANTIL		CICLO V.		GAP			PILATES		CICLO V.				*FLAMENCO INFANTIL			CICLO V.	CICLO V.		
18:30	BODY POWER	YOGA	CICLO V.	**CROSS TRAINING	RITMOS	*SEVILLANAS ADULTOS		CICLO V.	GAP	BODY POWER	YOGA	CICLO V.	**CROSS TRAINING	RITMOS		CICLO V.	GAP	BODY POWER	*FLAMENCO ADULTOS			CICLO V.	CICLO V.		
19:30	RITMOS	ESPALDA SANA	CICLO	AQUAGYM	CARDIOBOX	TRX		CICLO		RITMOS	BALLET FITNESS	CICLO	AQUAGYM	CARDIOBOX	MOBILIDAD	CICLO V.		RITMOS	STRETCHING			CICLO V.	CICLO V.		
20:30	PILATES FITBALL		CICLO V.	NATACIÓN MASTER	BODY POWER			CICLO V.		PILATES			NATACIÓN MASTER	BODY POWER		CICLO V.		* B. LATINOS				CICLO V.	CICLO V.		

HORARIO

LUNES A VIERNES de 8:00 a 22:00h
 SÁBADOS de 9:00 a 14:00h
 DOMINGOS de 10:00 a 14:00h
 Domingos de Agosto: CERRADO



Piscina Municipal Benicàssim

AVISO: Planilla de actividades provisional. Puede sufrir alguna modificación en profesorado y actividades (según demanda abonados).
 La duración de todas las clases será de 50 minutos.
 * Estas clases No están incluidas en el abono general.
 ** Clases en la zona exterior. sujetas a la climatología