

# COMPLEJO DEPORTIVO FELIPE VI

## Horarios Actividades Dirigidas

JULIO

01/07 al 31/07

### MAÑANAS

LUNES			MARTES			MIÉRCOLES			JUEVES			VIERNES			SÁBADO		
Hora	Actividad	Esp/Mon	Hora	Actividad	Esp/Mon	Hora	Actividad	Esp/Mon	Hora	Actividad	Esp/Mon	Hora	Actividad	Esp/Mon	Hora	Actividad	Días
7:40	SPINNING VIRTUAL	INTENSITY	7:40	SPINNING VIRTUAL	INTENSITY	7:40	SPINNING VIRTUAL	INTENSITY	7:40	SPINNING VIRTUAL	INTENSITY	7:40	SPINNING VIRTUAL	INTENSITY	9:30	BODY HEALTH	Todos
8:30	YOGA	POWER	9:30	AQUAFITNESS	PISCINA	8:40	AQUAFITNESS	PISCINA	9:30	AQUAFITNESS	PISCINA	8:30	YOGA	POWER	10:30	SPINNING	TODOS
8:40	AQUAFITNESS	PISCINA	9:30	PILATES	ENERGY	9:30	BODY HEALTH	ENERGY	9:30	PILATES	ENERGY	8:40	AQUAFITNESS	PISCINA			
9:30	GAP	POWER	9:30	SPINNING	INTENSITY	9:40	PILATES	POWER	9:30	GAP	HARMONY	9:30	BODY HEALTH	ENERGY			
9:40	PILATES	ENERGY	10:30	CORE	ENERGY	10:30	SPINNING	INTENSITY	10:30	ZUMBA	ENERGY	9:40	PILATES	POWER			
10:30	CARDIO BOX	ENERGY	11:00	ZUMBA	ENERGY	10:40	STEP	ENERGY	10:30	SPINNING	INTENSITY	10:40	SPINNING	INTENSITY	10:30	SPINNING	VIRTUAL
10:40	SPINNING	INTENSITY															

\*\*\*Las clases de AQUATRaining requieren que el usuario sepa nadar.

\*\*A las clases de Aquafitness y Aquatraining sólo tienen acceso los socios que han abonado la tarifa de instalación completa.

Será necesario presentar la tarjeta a la entrada correspondiente que se entrega 30 min. antes del comienzo.

Los horarios podrán ser modificados sin previo aviso por necesidades de la instalación.

La edad mínima para asistir a las actividades es de 16 años.

Las sesiones de CORE y TRX son de 30'.



COMPLEJO DEPORTIVO FELIPE VI

C/ Juan Antonio Dimas, s/n - Telf. 968 40 64 20 // 968 47 01 42 - Correo: deportes@lorca.es - Web: www.cdfelipevi.lorca.es



@cdfelipevi



@cdfelipevilorca

# COMPLEJO DEPORTIVO FELIPE VI

Horarios Actividades Dirigidas

JULIO

01/07 al 31/07

## TARDES

### LUNES

Hora	Actividad	Esp/Mon
15:00	SPINNING VIRTUAL	INTENSITY
18:30	PILATES	ENERGY
18:30	SPINNING	INTENSITY
19:30	CORE	POWER
20:10	AQUA TRAINING	PISCINA
20:10	SPINNING	INTENSITY
21:10	INTENSITY TRAINING	ENERGY

### MARTES

Hora	Actividad	Esp/Mon
15:00	SPINNING VIRTUAL	INTENSITY
18:05	YOGA	POWER
18:30	I BODY HEALTH	ENERGY
19:30	SPINNING	INTENSITY
20:00	ZUMBA fitness	ENERGY
21:00	AQUA FITNESS	PISCINA
21:00	SPINNING	INTENSITY
21:00	BAILES LATINOS	HARMONY

### MIERCOLES

Hora	Actividad	Esp/Mon
15:00	SPINNING VIRTUAL	INTENSITY
18:05	PILATES	ENERGY
19:00	SPINNING	INTENSITY
19:00	CORE	POWER
19:30	TRX	POWER
20:10	AQUA FITNESS	INTENSITY
20:10	I BODY HEALTH	ENERGY
21:00	SPINNING	INTENSITY
21:10	ZUMBA fitness	ENERGY

### JUEVES

Hora	Actividad	Esp/Mon
15:00	SPINNING VIRTUAL	INTENSITY
18:05	YOGA	POWER
18:30	I BODY HEALTH	ENERGY
19:30	SPINNING	INTENSITY
20:00	ZUMBA fitness	ENERGY
21:00	AQUA FITNESS	PISCINA
21:00	SPINNING	INTENSITY
21:00	BAILES LATINOS	HARMONY

### VIERNES

Hora	Actividad	Esp/Mon
15:00	SPINNING VIRTUAL	INTENSITY
18:10	PILATES	ENERGY
19:10	SPINNING	INTENSITY

