

COMPLEJO DEPORTIVO FELIPE VI

Horarios Actividades Dirigidas

JUNIO

01/06 al 30/06

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	INTENSITY VIRTUAL	7:40	SPINNING	INTENSITY VIRTUAL	7:40	SPINNING	INTENSITY VIRTUAL	7:40	SPINNING	INTENSITY VIRTUAL	7:40	SPINNING	INTENSITY VIRTUAL	9:30	SPINNING	Todos
8:40	AQUAFITNESS	PISCINA Isa Q.	9:30	STEP	ENERGY Isabel Maria	8:40	AQUAFITNESS	PISCINA Isa Q.	9:30	STEP	ENERGY Isabel Maria	8:40	AQUAFITNESS	PISCINA Isa Q.		GAP	3 y 24 jun
9:20	BODY HEALTH	ENERGY Sonia	9:30	PILATES	POWER Marta	9:30	CARDIO BOX	HARMONY Macu	9:30	PILATES	POWER Marta	9:30	BODY HEALTH	ENERGY Sonia	10:30	ZUMBA	10-jun
9:30	AQUAFITNESS	PISCINA Isa Soler	9:30	AQUAFITNESS	PISCINA Isa Soler	9:30	AQUAFITNESS	PISCINA Isa Soler	9:30	GAP	HARMONY Macu	9:30	AQUAFITNESS	PISCINA Isa Soler	10:30	EMOTIONAL CLUB	17-jun
9:40	PILATES	POWER Isa Q.	9:30	SPINNING	INTENSITY Pedro R.	9:30	BODY HEALTH	ENERGY Fermín	9:30	AQUAFITNESS	PISCINA Isa Soler	9:40	PILATES	POWER Isa Q.	9:30	SUMMER PARTY Felipe	24-jun
10:10	GAP	ENERGY Sonia	10:30	CORE	ENERGY Isabel Maria	9:40	PILATES	POWER Isa Q.	10:30	ZUMBA	ENERGY Marta	10:40	YOGA	ENERGY Marisa			DOMINGO
10:40	YOGA	POWER Marisa	11:00	ZUMBA	ENERGY Marta	10:30	TRX	POWER Macu	10:30	SPINNING	INTENSITY Macu	10:40	SPINNING	INTENSITY Isa Q.	10:30	BODY HEALTH	4 y 25 jun
11:00	SPINNING	INTENSITY Isa Q.				11:00	SPINNING	INTENSITY Isa Q.	11:30	CORE	ENERGY Macu				9:30	ZUMBA	11-jun
						12:00	FUNCTIONAL TRAINING	SALA FITNESS Pedro R.								GAP	18-jun

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

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

Los sábados y domingos, las actividades de la sala Energy serán rotativas siendo la 1ª en la 1ª semana válida de este horario.

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, FUNCTIONAL TRAINING 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

JUNIO

01/06 al 30/06

TARDES

LUNES			MARTES			MIERCOLES			JUEVES			VIERNES		
Hora	Actividad	Esp/Mon	Hora	Actividad	Esp/Mon	Hora	Actividad	Esp/Mon	Hora	Actividad	Esp/Mon	Hora	Actividad	Esp/Mon
15:00	SPINNING	INTENSITY	15:00	SPINNING	INTENSITY	15:00	SPINNING	INTENSITY	15:00	SPINNING	INTENSITY	15:00	SPINNING	INTENSITY
	VIRTUAL			VIRTUAL			VIRTUAL			VIRTUAL			VIRTUAL	
17:05	YOGA	HARMONY	17:05	YOGA	HARMONY	17:05	PILATES AV.	ENERGY	17:05	SPINNING	INTENSITY	18:00	PILATES AV.	ENERGY
	Marisa			Marisa			Isabel María			Sonia			Macu	
17:05	GAP	ENERGY	18:05	GAP	HARMONY	18:05	I BODY HEALTH	ENERGY	17:05	PILATES AV.	POWER	19:00	SPINNING	INTENSITY
	Isabel María			Sonia			Isabel María			Isabel María			Macu	
18:05	PILATES AV.	ENERGY	18:05	PILATES AV.	POWER	18:05	YOGA	POWER	18:05	YOGA	POWER	19:00	ZUMBA fitness	ENERGY
	Isabel María			Fermín			Marisa			Marisa			Marta	
18:30	SPINNING	INTENSITY	18:30	FUNCTIONAL TRAINING	SALA FITNESS	19:00	SPINNING	INTENSITY	18:05	STEP	ENERGY	20:00	CORE STRETCHING	ENERGY
	Sonia			Pedro R.			Jose			Isabel María			Marta	
19:00	FUNCTIONAL TRAINING	SALA FITNESS	18:30	I BODY HEALTH	ENERGY	19:00	FUNCTIONAL TRAINING	SALA FITNESS	18:30	FUNCTIONAL TRAINING	SALA FITNESS	21:00	AQUAFITNESS	PISCINA
	Jose Joaquín			Marta			Jose Joaquín			Jose Joaquín			Ricardo	
19:00	CORE	POWER	19:00	SPINNING	INTENSITY	19:00	STRONG by ZUMBA	ENERGY	19:00	I BODY HEALTH	ENERGY			
	Jose			Sonia			Marta			Isabel María				
19:00	ZUMBA fitness	ENERGY	19:00	TRX	POWER	19:00	CORE	POWER	19:30	SPINNING	INTENSITY			
	Isabel María			Jose			Sonia			Pedro R.				
19:20	AQUASWIM	PISCINA	19:30	CORE	POWER	19:30	TRX	POWER	19:30	TRX	POWER			
	Ricardo			Jose			Sonia			Jose				
19:30	TRX	POWER	20:00	STEP	ENERGY	20:00	SPINNING	INTENSITY	20:00	ZUMBA fitness	ENERGY			
	Jose			Marta			José			Isabel María				
20:00	RUNNING CLUB	PLACETA	20:00	SPINNING	INTENSITY	20:00	I BODY HEALTH	ENERGY	20:00	INTENSITY TRAINING	POWER			
	Marta			Pedro R.			Sonia			Jose				
20:00	I BODY HEALTH	ENERGY	20:00	INTENSITY TRAINING	POWER	20:20	CARDIO BOX	HARMONY	20:00	PILATES AV.	HARMONY			
	Sonia			Jose			Macu			Sonia				
20:00	SPINNING	INTENSITY	20:10	AQUAFITNESS	PISCINA	21:00	AQUAFITNESS	PISCINA	20:10	AQUAFITNESS	PISCINA			
	Pedro R.			Sonia			Ricardo			Ricardo				
20:20	CARDIO BOX	HARMONY	21:00	ZUMBA fitness	ENERGY	21:10	SPINNING	INTENSITY	21:00	BAILES LATINOS	HARMONY			
	Macu			Marta			Manu			Sonia R.				
21:00	AQUAFITNESS	PISCINA	21:00	BAILES LATINOS	HARMONY	21:10	ZUMBA fitness	ENERGY	21:00	GAP	ENERGY			
	Ricardo			Sonia R.			Marta			Isabel María				
21:10	BAILES LATINOS	HARMONY	21:10	SPINNING	INTENSITY	21:10	GAP	HARMONY	21:00	SPINNING	INTENSITY			
	Sonia R.			Jose			Jose			Jose				
21:10	SPINNING	INTENSITY												
	Jose													
21:10	STRONG by ZUMBA	ENERGY												
	Marta													



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