



distrito
moncloa-aravaca

MADRID

Centro Deportivo Municipal

FERNANDO MARTIN

TEMPORADA 2016/2017

PREINFANTILES (4 a 5 años)

CLASES	DÍAS	NIVEL/ GRUPO EDAD	HORARIO
NATACIÓN PEQUES	L-X	4 Y 5 AÑOS	17:00-17:30
			17:30-18:00
			18:00-18:30
	M-J		17:00-17:30
			17:30-18:00
			18:00-18:30
	V		17:00-17:30
			17:30-18:00
			18:00-18:30
ACTIVIDAD FÍSICA Y JUEGOS	M-J	4 Y 5 AÑOS	17:00-17:45

INFANTILES (6 a 14 años)

ESCUELAS	DÍAS	NIVEL/ GRUPO EDAD	HORARIO	
BALONCESTO	L-X	6 A 14 AÑOS	17:30-18:30	
			18:30-19:30	
	M-J		17:30-18:30	
			18:30-19:30	
	V		17:30-18:30	
			18:30-19:30	
NATACIÓN	L-X	NIVEL 0	17:00-17:30	
			17:30-18:00	
			18:00-18:30	
			18:30-19:00	
	M-J		17:00-17:30	
			17:30-18:00	
			18:00-18:30	
			18:30-19:00	
	V		17:00-17:30	
			17:30-18:00	
			18:00-18:30	
			18:30-19:00	
	L-X	NIVEL I	17:00-17:30	
			17:30-18:00	
			18:00-18:30	
			18:30-19:00	
	M-J		17:00-17:30	
			17:30-18:00	
			18:00-18:30	
			18:30-19:00	
	V		17:30-18:00	
			18:00-18:30	
			18:30-19:00	
	L-X		NIVEL 2	17:30-18:00
		18:00-18:30		
		18:30-19:00		
	M-J	17:30-18:00		
		18:00-18:30		
		18:30-19:00		
	V	18:30-19:00		
	L-X	NIVEL 2 (6 A 17 AÑOS)		19:00-20:00
	M-J			19:00-20:00
	PRETENIS	V		N 0 (6 a 10 AÑOS)



distrito
moncloa-aravaca

MADRID

Centro Deportivo Municipal
FERNANDO MARTIN

TEMPORADA 2016/2017

SALVAMENTO ACUATICO	L-X	6 A 17 AÑOS	19:00-20:00
	M-J	6 A 17 AÑOS	19:00-20:00
TENIS INFANTIL	M-J	NIVEL 0 (7 A 14 AÑOS)	18:00-19:00
	L-X	NIVEL 1 (7 A 14 AÑOS)	18:00-19:00
	L-X-V	NIVEL 2 (7 A 14 AÑOS)	19:00-20:00

JÓVENES (15 a 17 años)

CLASES	DÍAS	NIVEL/ GRUPO EDAD	HORARIO
BALONCESTO	L-X	15 A 17 AÑOS	17:30-18:30
			18:30-19:30
	M-J		17:30-18:30
			18:30-19:30

JÓVENES y ADULTOS (15 a 64 años)

CLASES	DÍAS	NIVEL/ GRUPO EDAD	HORARIO
AEROBIC	M-J	15 A 64 AÑOS	20:00-21:00
			21:00-22:00
BAILES	V		20:00 a 21:00
PILATES	L-X-V-	NIVEL 0	10:30-11:30
	L-X-		10:30-11:30
	V		10:30-11:30
	V		18:00-19:00
	L-X	NIVEL I	18:00-19:00
	M-J		10:30-11:30
FITNESS	L-X-V	15 A 64 AÑOS	9:30-10:30
			17:00-18:00
	L-X		19:00-20:00
			20:00-21:00
	M-J		21:00-22:00
			18:00-19:00
NATACIÓN EMBARAZADAS	L-X-V		11:15-12:00
	L-X		19:00-19:45
	M-J		20:00-20:45
NATACIÓN	L-X-V	NIVEL 0	09:00-09:45
			09:45-10:30
			10:30-11:15
			16:15-17:00
	20:00-20:45		
	09:45-10:30		
	10:30-11:15		
	11:15-12:00		
	13:30-14,15		
	15:30-16:15		
	16:15-17:00		
	20:00-20:45		
	L-X-V	NIVEL I	09:45-10:30
			10:30-11:15
			13:30-14:15
			15:30-16:15
	20:45-21:30		
	09:00-09:45		
	09:45-10:30		
	11:15-12:00		
	15:30-16:15		
	16:15-17:00		
	20:00-20:45		
	20:45-21:30		



distrito
moncloa-aravaca

MADRID

Centro Deportivo Municipal

FERNANDO MARTIN

TEMPORADA 2016/2017

NATACIÓN	L-X-V	NIVEL 2	09:00-09:45
			11:15-12:00
			14:15-15:00
			15:30-16:15
			16:15-17:00
			20:45-21:30
	M-J	NIVEL 2	09:00-09:45
			10:30-11:15
			14:15-15:00
			15:30-16:15
			16:15-17:00
			20:45-21:30
	L-X-V	NIVEL 1 Y 2	8:15-9:00
	M-J		8:15-9:00
FITNESS ACUATICO	L-X	15 A 64 AÑOS	20:00-20:45
GIMNASIA ACUÁTICA (ACUAGYM)	V	15 A 64 AÑOS	10:30-11:15
TENIS	L-X-V	NIVEL 0	20:00-21:00
	M-J	NIVEL 1	20:00-21:00
	M-J	NIVEL 2	19:00-20:00

MAYORES (a partir de 65 años)

CLASES	DÍAS	NIVEL/ GRUPO EDAD	HORARIO
PILATES	V	MÁS DE 65 AÑOS	11:30-12:30
ACONDICIONAMIENTO FÍSICO	L-X	MÁS DE 65 AÑOS	11:30-12:30
	M-J		12:30-13:30
NATACIÓN	L-X	NIVEL 0	11:30-12:30
	M-J		12:00-12:30
	M-J		12:30-13:00
	L-X	NIVEL 1	12:00-12:30
	M-J		12:30-13:00
	M-J		12:00-12:30
GIMNASIA ACUÁTICA (ACUAGYM)	V	MÁS DE 65 AÑOS	13:00-13:30
GIMNASIA ACUÁTICA (ACUAGYM)	V	MÁS DE 65 AÑOS	12:00-12:30

PROGRAMAS DEPORTIVOS EN LA CALLE

CLASES	DÍAS	NIVEL/ GRUPO EDAD	HORARIO
CAMINAR POR MADRID	V	MÁS DE 15 AÑOS	11:15-12:30