

TEMPORADA 2016/2017

PREINFANTILES (1 a 5 años)

CLASES	DÍAS	NIVEL/ GRUPO EDAD	HORARIO
ACTIVIDAD FÍSICA Y JUEGOS	LX	4 Y 5 AÑOS	17:30-18:15
MATRONATACIÓN	M	2 Y 3 AÑOS	10:30-11:00
	X		18:30-19:00
	V		16:30-17:00
			18:30-19:00
			17:00-17:30
NATACIÓN PEQUES	L	4 Y 5 AÑOS	17:30-18:00
	M		18:00-18:30
	X		18:30-19:00
	J		17:00-17:30
	V		17:30-18:00
			18:00-18:30
			16:30-17:00
			17:00-17:30
			17:30-18:00
			18:00-18:30
NATACIÓN		NO / 6 A 14 AÑOS	18:30-19:00
			16:30-17:00
			17:00-17:30
			17:30-18:00
			18:00-18:30
			18:30-19:00
			16:30-17:00
			17:00-17:30
			17:30-18:00
			18:00-18:30
KARATE-SHYTO	L-X	N1 / 6 A 14 AÑOS	18:30-19:30
	L-X		17:30-18:30
	M-J		17:30-18:30
			16:30-17:00
			17:00-17:30
			17:30-18:00
			18:00-18:30
			18:30-19:00
			16:30-17:00
			17:00-17:30

INFANTILES (6 a 14 años)

ESCUELAS	DÍAS	NIVEL/ GRUPO EDAD	HORARIO
BALONCESTO	L-X	5 A 14 AÑOS	17:30-20:30
	M-J		18:30-20:30
FÚTBOL	L-M-X-J-V	5 A 16 AÑOS	17:30-20:30
GIMNASIA RÍTMICA	L-X	10 A 14 AÑOS	18:15-19:15
	M-J		18:15-19:15
	L-X	6 A 9 AÑOS	17:15-18:15
	M-J		17:15-18:15
	M-J	N2 / 6 A 14 AÑOS	19:15-20:45
KARATE-SHYTO	L-X	10 A 14 AÑOS	18:30-19:30
	L-X		17:30-18:30
	M-J		17:30-18:30
NATACIÓN	L-X	NO / 6 A 14 AÑOS	16:30-17:00
			17:00-17:30
			17:30-18:00
			18:00-18:30
			18:30-19:00
	M-J	N1 / 6 A 14 AÑOS	16:30-17:00
			17:00-17:30
			17:30-18:00
			18:00-18:30
			18:30-19:00
NATACIÓN	V	NO / 6 A 14 AÑOS	16:30-17:00
			17:00-17:30
			17:30-18:00
			18:00-18:30
			18:30-19:00
	LX	N1 / 6 A 14 AÑOS	16:30-17:00
			17:30-18:00
			18:30-19:00
			16:30-17:00
			17:00-17:30
KARATE-SHYTO	MJ	N1 / 6 A 14 AÑOS	17:30-18:00
			18:00-18:30
			18:30-19:00
			17:30-18:00
			18:00-18:30
KARATE-SHYTO	V	N1 / 6 A 14 AÑOS	17:30-18:00
			18:30-19:00
			16:30-17:00
			17:00-17:30
			17:30-18:00

TEMPORADA 2016/2017

NATACIÓN	LX	N 1 BAJO / 6 A 14 AÑOS	17:00-17:30
	M-J		17:30-18:00
	V		16:30-17:00
	L-X		17:30-18:00
	MJ		18:00-18:30
	V		17:00-17:30
	L-X		18:00-18:30
	MJ		19:00-19:30
	V		16:30-17:00
	L-X	N2 / 6 A 14 AÑOS	17:00-17:30
PÁDEL	L-X	N0/ 8 A 10 AÑOS	18:00-18:30
	L-X		18:30-19:00
	M-J		16:30-17:00
	V		17:00-17:30
	M-J	N1/ 11 A 14 AÑOS	18:00-18:30
	V		19:30-20:30
	M-J		17:30-18:30
	V		18:30-19:00
PRETENIS	L-X	N2/ 8 A 14 AÑOS	19:30-20:30
	M-J		17:30-18:30
	L-X	6 Y 7 AÑOS	17:30-18:30
	M-J		17:30-18:30
SALVAMENTO ACUÁTICO	M-J	10 A 14 AÑOS AÑOS	17:30-18:00
	V		18:30-19:00
	L-X		17:30-18:15
TENIS	L-X	N0/ 11 A 14 AÑOS	18:30-19:30
	M-J		18:30-19:30
	L-X	N0/ 8 A 10 AÑOS	17:30-18:30
	M-J		18:30-19:30
	L-X		17:30-18:30
	M-J	N1/ 11 A 14 AÑOS	18:30-19:30
	L-X		18:30-19:30
	M-J		17:30-18:30
	L-X	N1/ 8 A 10 AÑOS	17:30-18:30
	M-J		17:30-18:30
	L-X		18:30-19:30
	M-J		18:30-19:30
	L-X	N2/ 11 A 14 AÑOS	19:30-20:30
	M-J		18:30-19:30
	L-X		18:30-19:30
	L-X	N2/ 8 A 10 AÑOS	17:30-18:30

JÓVENES Y ADULTOS (15 a 64 años)

ESCUELAS	DÍAS	NIVEL/ GRUPO EDAD	HORARIO
FITNESS	L-X	NIVEL BAJO 15 A 64 AÑOS	9:30-10:30
	L-X-V		18:30-19:30
	M-J		19:30-20:30
	V		18:30-19:30
	L-X		18:30-19:30
	M-J	NIVEL MEDIO 15 A 64 AÑOS	10:30-11:30
	L-X		17:30-18:30
	M-J		18:30-19:30
			20:30-21:30
			19:30-20:30

TEMPORADA 2016/2017

COMBINADA FITNESS (NIVEL BAJO) / PILATES	L-X-V	15 A 64 AÑOS	9:30-10:30
COMBINADA FITNESS (NIVEL BAJO) / TONIFICACIÓN	L-X-V	15 A 64 AÑOS	L-X 19:30-20:30 V 19:45-20:45
CARRERA ACUÁTICA (AQUARUNNING)	XV	15 A 64 AÑOS	X 12:00-12:45 V 9:45-10:30
	V		9:45-10:30
AQUAPILATES	J	15 A 64 AÑOS	12:00-12:45
COMBINADA AERÓBIC-BAILE	M-J	15 A 20 AÑOS	18:30-19:30
AERÓBIC	LX	15 A 64 AÑOS	17:30-18:30
COMBINADA AEROBIC / TONIFICACIÓN	L-X	18 A 64 AÑOS	20:30-21:30
	M-J		19:30-20:30
CICLO SALA	L-X	16 A 64 AÑOS	19:30-20:15 9:00-9:45 20:45-21:30
	M-J		
FITNESS ACUÁTICO	L-X	15 A 64 AÑOS	20:30-21:15 15:45-16:30
	M-J		
COMBINADA FITNESS (NIVEL MEDIO) / NATACIÓN (NIVEL 1-2)	L-X-V	15 A 64 AÑOS	L-X 20:30-21:30 V 20:30-21:15
COMBINADA AQUAPILATES-NAT COMPENSACIÓN SALUD N1	MJ	15 A 64 AÑOS	12:00-12:45
COMBINADA FITNESS (NIVEL MEDIO) / PILATES	M-J	15 A 64 AÑOS	9:30-10:30
GIMNASIA ACUÁTICA (ACUAGYM)	L-X	15 A 64 AÑOS	14:15-15:00 15:45-16:30 19:00-19:45 20:00-20:45 19:00-19:45 11:15-12:00 19:00-19:45 19:45-20:30
	L-X-V		
	M-J		
	L-X		
	L-X-V		
	M-J		
COMBINADA NATACIÓN (NIVEL 1) / CARRERA ACUÁTICA	L-X	15 A 64 AÑOS	LX 10:30-11:15
	L-X-V		LX 10:30-11:15 V9:45-10:30
PILATES	L-X	NIVEL BAJO 15 A 64 AÑOS	11:15-12:15 19:30-20:30 17:30-18:30 19:30-20:30 19:30-20:30 16:30-17:30 18:30-19:30
	M-J		
	L		
	X		
	V		
	LXV		
	L		
	L-X	NIVEL MEDIO 15 A 64 AÑOS	13:30-14:30 20:30-21:30 13:30-14:30 20:30-21:30 10:00-11:00 15:15-16:15 10:00-11:00
	M-J		
	J		
	M		
	V		
	X		
			10:45-11:45 13:30-14:30 17:30-18:30 20:30-21:30

TEMPORADA 2016/2017

KARATE-SHYTO	M-J	21 A 64 AÑOS 15 A 20 AÑOS	20:00-21:30 18:30-20:00
NATACIÓN	LX	N0 / 15 A 64	9:00-9:45 19:45-20:30 13:00-13:45 20:30-21:15
	MJ		10:30-11:15 19:45-20:30 9:00-9:45 9:45-10:30
	LXV		19:45-20:30 20:30-21:15
	LX		19:45-20:30 20:30-21:15
	MJ	N 1 / 15 A 64	19:45-20:30 9:00-9:45 9:45-10:30 19:45-20:30 20:30-21:15
	LX		19:45-20:30 9:00-9:45 19:45-20:30
	MJ		19:00-19:45 15:45-16:30 20:30-21:15
	MJ		20:30-21:15 15:45-16:30
	L-X-V	N1 Y N2 / 21 A 64 AÑOS	9:00-9:45 9:45-10:30 19:45-20:30 10:30-11:15
	LX		19:45-20:30 20:30-21:15
	M-J		19:45-20:30 20:30-21:15
	L-X-V		19:45-20:30 20:30-21:15
NATACIÓN COMPENSACIÓN / SALUD	M-J	N0 / 15 A 64 AÑOS	9:00-9:45 19:00-19:45
	L-X		9:45-10:30 10:30-11:15
	M-J	N1 / 15 A 64 AÑOS	19:45-20:30 12:00-12:45
	L-X		19:45-20:30 10:30-11:15
	M-J		12:00-12:45
NATACIÓN EMBARAZADAS	L-X	15 A 64 AÑOS	19:00-19:45 9:45-10:30
	M-J		9:45-10:30
NATACIÓN POST-PARTO	M-J	15 A 64 AÑOS	9:45-10:30
PÁDEL	M-J	NIVEL 0 18 A 64 AÑOS	11:30-12:30 19:00-20:00
	V		10:00-11:00 17:00-18:00 18:00-19:00 19:00-20:00
	L-X	NIVEL 1 18 A 64 AÑOS	12:30-13:30 11:00-12:00 12:00-13:00 19:00-20:00
	M-J		20:00-21:00 11:00-12:00
	V		11:00-12:00 12:00-13:00 19:00-20:00 20:00-21:00
	L-X	NIVEL 2 18 A 64 AÑOS	20:00-21:00 13:00-14:00 20:00-21:00
	V		11:00-12:00 20:00-21:00 13:00-14:00 20:00-21:00
	L-X		19:00-19:45 19:00-19:45 18:15-19:00
	MJ		18:15-19:00
SALVAMENTO ACUÁTICO	MJ	15 A 17 AÑOS	18:00-19:00 19:00-20:00 20:00-21:00
	LX		19:00-20:00 20:00-21:00
	MJ		21:00-22:00
TENIS	M-J	N0 / 18 A 64 AÑOS N1 / 18 A 64 AÑOS N2 / 18 A 64 AÑOS	19:30-20:30 19:30-20:30 19:30-20:30
	L-X		19:30-20:30 19:30-20:30
	M-J		19:30-20:30
PÁDEL JÓVENES	M-J	N1 Y 2 / 15 A 17 AÑOS	19:30-20:30
TENIS JÓVENES	L-X	N1 / 15 A 17 AÑOS	19:30-20:30
	L-X	N2 / 15 A 17 AÑOS	19:30-20:30
	M-J		19:30-20:30
ACTIVIDAD CUERPO-MENTE	X	15 A 64 AÑOS	12:15-13:15
TONIFICACIÓN MUSCULAR	V	15 A 64 AÑOS	19:45-20:45
MAYORES (a partir de 65 años)			
CLASES	DÍAS	NIVEL/ GRUPO EDAD	HORARIO

TEMPORADA 2016/2017

ACONDICIONAMIENTO FÍSICO	L-X	NIVEL BAJO > 65 AÑOS	11:30-12:30
	M-J		11:30-12:30
	L-X	NIVEL MEDIO > 65 AÑOS	10:30-11:30
	M-J		11:30-12:30
AQUAPILATES	J	> 65 AÑOS	12:00-12:45
ACTIVIDAD CUERPO-MENTE	L	> 65 AÑOS	12:15-13:15
BAILE PARA MAYORES	V	> 65 AÑOS	11:15-12:15
GIMNASIA ACUÁTICA (ACUAGYM) (Piscina grande)	L-X	> 65 AÑOS	11:30-12:00
	M-J		12:00-12:30
GIMNASIA ACUÁTICA (ACUAGYM) (Piscina pequeña)	L-X	> 65 AÑOS	12:30-13:00
	J		13:45-14:15
	V		10:30-11:00
			12:00-12:30
PILATES	LX	INICIACION > 65 AÑOS	12:15-13:15
	V		11:45-12:45
NATACIÓN	M-J	N0/ > 65 AÑOS	12:30-13:00
	V		11:15-11:45
	L-X	N1/ > 65 AÑOS	11:30-12:00
	M-J		12:00-12:30
NATACIÓN COMPENSACIÓN / SALUD	MJ	N 1/ > 65 AÑOS	11:30-12:00

TEMPORADA 2016/2017

PERSONAS CON DISCAPACIDAD

CLASES	DÍAS	NIVEL/ GRUPO EDAD	HORARIO
BALONCESTO PARA DISCAPACITADOS INTELECTUALES	M-J	> 12 AÑOS	17:30-18:30
NATACIÓN DISCAPACITADOS	L	6 A 14 AÑOS	19:00-19:30
	X		19:00-19:30
	V		15:00-15:30
	L	15 A 64 AÑOS	15:45-16:15
	M		12:30-13:00
	X		13:45-14:15
	J		15:15-15:45
	V		16:00-16:30
			15:45-16:15
			16:00-16:30
NATACIÓN PARA SORDOS	X	N0/ > 16 AÑOS	12:30-13:00
	V		13:00-13:30
			17:00-17:30
PÁDEL DISCAPACITADOS INTELECTUALES	V	N1/ > 16 AÑOS	16:45-17:30
			17:30-18:15
			18:15-19:00
	X	15 A 64 AÑOS	17:00-17:45
			17:45-18:30
			18:30-19:15
			19:15-20:00
			20:00-20:45
	L	6 A 14 AÑOS	17:30-18:15
			18:15-19:00
			19:00-19:45
			19:45-20:30
VOLEIBOL PARA SORDOS	L	> 16 AÑOS	22:00-23:00
	X		19:30-21:30
PÁDEL PARA SORDOS	J	> 16 AÑOS	18:00-20:00
	J		20:00-22:00