

# PABELLÓN DEL PARQUE

## MAPA DE ACTIVIDADES 2010 - 2011

LUNES, MIERCOLES Y VIERNES						
	GIMNASIO	SALA MUSC.	TATAMI	PISTA 2	PISTA 3	
9:00h.	AEROBIC	MUSCULACION MAÑANAS		GIMNASIA MANTENIMIENTO		9:00h.
10:00h.	AEROBIC		TAI-CHI BÁSICO	GIMNASIA MANTENIMIENTO		10:00h.
11:00h.	TAI-CHI BÁSICO			GIMNASIA MANTENIMIENTO	GIMNASIA MANTENIMIENTO MAYORES	11:00h.
12:00h.				GIMNASIA MANTENIMIENTO MAYORES	GIMNASIA MANTENIMIENTO MAYORES	12:00h.
16:00h.	AEROBIC	MUSCULACION TARDES				16:00h.
17:00h.	AEROBIC (INICIACIÓN)		JUDO BÁSICO 1			17:00h.
18:00h.	PILATES		JUDO BÁSICO 2 y AVANZADO			18:00h.
19:00h.	AEROBIC	MUSCULACION NOCHES	LIMPIEZA			19:00h.
20:00h.	TAI-CHI BÁSICO		YOGA			20:00h.
21:00h.	AEROBIC					21:00h.
22:00h.						22:00h.

# PABELLÓN DEL PARQUE

## MAPA DE ACTIVIDADES 2010 - 2011

MARTES Y JUEVES							
	GIMNASIO	SALA MUSC.	TATAMI	PISTA 2	PISTA 3		
9:00h.	AEROBIC	MUSCULACION MAÑANAS		GIMNASIA MANTENIMIENTO		9:00h.	
10:00h.	AEROBIC			GIMNASIA MANTENIMIENTO		10:00h.	
11:00h.					GIMNASIA MANTENIMIENTO	GIMNASIA MANTENIMIENTO MAYORES	11:00h.
12:00h.	CENTRO DE ADULTOS MARÍA ZAMBRANO				GIMNASIA MANTENIMIENTO MAYORES		12:00h.
16:00h.	AEROBIC	MUSCULACION TARDES				16:00h.	
17:00h.	AEROBIC ESCOLAR 6 - 12 AÑOS			KARATE BÁSICO 1		17:00h.	
18:00h.	PILATES			KARATE BÁSICO 2		18:00h.	
19:00h.	AEROBIC	MUSCULACION NOCHES		KARATE AVANZADO		19:00h.	
20:00h.	BAILES DE SALON			YOGA		20:00h.	
21:00h.	PILATES					21:00h.	
22:00h.						22:00h.	

# PABELLÓN DEL PARQUE

## MAPA DE ACTIVIDADES 2010 - 2011

<b>SABADOS</b>						
	<b>GIMNASIO</b>	<b>SALA MUSC.</b>	<b>TATAMI</b>	<b>PISTA 2</b>	<b>PISTA 3</b>	
<b>17:00h.</b>						<b>17:00h.</b>
<b>18:00h.</b>	<b>BAILES DE SALON</b>					<b>18:00h.</b>
<b>19:00h.</b>						<b>19:00h.</b>
<b>20:00h.</b>						<b>20:00h.</b>
<b>21:00h.</b>						<b>21:00h.</b>