

## ACTIVIDADES DIRIGIDAS ABONADO ORO CDU. JUAN GONZALEZ FERNANDEZ TEMPORADA 2011-2012

HORARIO	LUNES					MARTES					MIERCOLES					JUEVES					VIERNES				
	P	S2	S3	C	AG	P	S2	S3	C	AG	P	S2	S3	C	AG	P	S2	S3	C	AG	P	S2	S3	C	AG
09:00			AER										AER												
09:30		PLT				MAY	PLT	STEP				PLT				MAY	PLT	STEP							
10:00			CDB	CIC	AQ				CIC	AQG			CDB	CIC	AQS				CIC	AQG		PLT	CDB	CIC	AQF
10:30		ABD					ABD	BTK				ABD					ABD	BTK							
11:00		GAPP		CIC			FTB		CIC			GAPP		CIC			FTB		CIC			FTB		CIC	
11:30																									
12:00																									
17:00																									
17:30																									
18:00	LDT	ABD	STEP				FTB				LDT	ABD	STEP				FTB				ABD	STEP			
18:30		EST										EST									EST				
19:00		PLT	BTK				PLT	GAER				PLT	BTK				PLT	GAER			PLT	BTK			
19:30				CIC					CIC					CIC					CIC					CIC	
20:00		TF	AER				YOGA	AER				TF	AER				YOGA	AER							
20:30				CIC					CIC					CIC					CIC					CIC	
21:00					AQG		GAPP	CDB		AQ					AQG		GAPP	CDB		AQ					
21:30																									
22:00																									
22:30																									

MAY	GIMNASIA MAYORES	CDB	CARDIOBOX	FTB	FITBALL	AER	AEROBIC, STEP	PLT	PILATES SUELO	CIC	CICLO INDOOR
LDT	LUDOTECA INFANTIL	GAER	GIMNASIA AERÓBICA	TF	TONIFICACIÓN	EST	ESTIRAMIENTOS	AQF	AQUAFITNESS	AQ	AQUAEROBIC
YG	YOGA	GAPP	GLUTEOS ABDOMINALES PIERNAS PECHO	BTK	BATUKA	AQS	AQUASTEP	AQG	AQUAGIM	ABD	ABDOMINALES
P	PISTA PABELLON	S2	SALA 2: PILATES, YOGA...	S3	SALA 3: AEROBIC, BATUKA, TONIF...	S4	SALA 4: CICLO				

**FEBRERO**

Este horario puede sufrir cambios. Consulte el siguiente enlace: [www.deportesroquetas.org](http://www.deportesroquetas.org)