

Horario de actividades dirigidas

Malilla
POLIDEPORTIVO

Válido a partir del 11 de enero

Sala 1	Inicio	Fin	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO
	09:25	10:10	ZUMBA	BODY BALANCE	BODY PUMP	BODY COMBAT	BODY PUMP	
10:30	11:15	BODY COMBAT	BODY PUMP	GAP	GAP	LATINO		
11:35	12:20	ESPALDA SANA	LATINO	PILATES	PILATES			
12:00	12:45							BODY PUMP
14:25	15:10	BODY PUMP						
15:30	16:15		PILATES			LATINO		
18:00	18:45	PILATES	BODY PUMP	LATINO	BODY PUMP	ESPALDA SANA		
19:00	19:45	GAP	LATINO	PILATES	BODY COMBAT	BODY PUMP		
20:05	20:50	BODY COMBAT	BODY BALANCE	BODY PUMP	PILATES			

Sala 2	Inicio	Fin	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES
	11:50	12:35	YOGA		
19:00	19:45			YOGA	

P. G	Inicio	Fin	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
	09:30	10:15		AQUAINTERVAL		AQUAINTERVAL	
20:00	20:45		AQUAINTERVAL		AQUAINTERVAL		

P. P	Inicio	Fin	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
	08:00	08:45	AQUADANCE	AQUAGIM	AQUADANCE	AQUAGIM	AQUADANCE
11:00	11:45	AQUAGIM	AQUAGIM	AQUAGIM	AQUAGIM	AQUAGIM	
12:30	13:15	AQUADANCE		AQUADANCE		AQUADANCE	
15:30	16:15		AQUAGIM		AQUAGIM		
19:00	19:45	AQUAGIM	AQUAGIM	AQUAGIM	AQUAGIM	AQUAGIM	

Cycling	Inicio	Fin	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO
	07:15	08:00	CYCLING					
09:20	10:05	CYCLING	CYCLING	VIRTUAL	CYCLING	VIRTUAL		
10:30	11:15	VIRTUAL	VIRTUAL	VIRTUAL	VIRTUAL	VIRTUAL		
11:00	11:45						CYCLING	
14:30	15:15	VIRTUAL		CYCLING	VIRTUAL	VIRTUAL		
15:30	16:15	CYCLING	VIRTUAL			VIRTUAL		
17:55	18:40	CYCLING	VIRTUAL		VIRTUAL			
19:00	19:45	CYCLING	CYCLING	CYCLING	CYCLING	VIRTUAL		
20:20	21:05	VIRTUAL	VIRTUAL	CYCLING	CYCLING			

Fitness	Inicio	Fin	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO
	09:15	09:30	ABDOMINALES	ABDOMINALES	ABDOMINALES	ABDOMINALES	ABDOMINALES	
10:15	10:30	ABDOMINALES	ABDOMINALES	ABDOMINALES	ABDOMINALES	ABDOMINALES	ABDOMINALES	
11:15	11:30	ABDOMINALES	ABDOMINALES	ABDOMINALES	ABDOMINALES	ABDOMINALES	ABDOMINALES	
12:15	12:30						ABDOMINALES	
17:15	17:30	ABDOMINALES	ABDOMINALES	ABDOMINALES	ABDOMINALES	ABDOMINALES		
18:15	18:30	ABDOMINALES	ABDOMINALES	ABDOMINALES	ABDOMINALES	ABDOMINALES		
19:15	19:30	ABDOMINALES	ABDOMINALES		ABDOMINALES	ABDOMINALES		
20:15	20:30	ABDOMINALES	ABDOMINALES	ABDOMINALES	ABDOMINALES	ABDOMINALES		

Reserva tu plaza en el Área Cliente de nuestra web.



Entrenamiento muscular



Sesiones cardiovasculares



Piscina grande



Piscina pequeña



Educación postural



Sesiones cycling



Sesiones mixtas



AJUNTAMENT DE VALÈNCIA



Fundación Deportiva Municipal València