

MULTIACTIVIDAD PARA ALUMNAS/OS DE GETXO KIROLAK EN FADURA

	LUNES 18 / 25	MARTES 19 / 26	MIÉRCOLES 20 / 27	JUEVES 21 / 28	VIERNES 22 / 29
7:45 - 8:15	HIIT	GAP	FUNCIONAL	HIIT	GAP
9:00 - 9:30		HIPOPRES / SUELO PÉLVICO		HIPOPRES / SUELO PÉLVICO	
9:30 - 10:20					PILATES
10:30 - 11:20	GLOBAL	PILATES	GLOBAL	PILATES	
11:30 - 12:20	PILATES	YOGA	PILATES	YOGA	
14:00 - 14:30	FUNCIONAL	HIIT	CORE	FUNCIONAL	HIIT
16:00 - 16:30	GAP	CORE	HIIT	GAP	CORE
18:30 - 19:20		GLOBAL		GLOBAL	
19:30 - 20:20	GLOBAL	PILATES	GLOBAL	PILATES	
20:30 - 21:20	PILATES	CICLO INDOOR	PILATES	CICLO INDOOR	

*CICLO INDOOR: SALA CICLO INDOOR

*GLOBAL Y PILATES: SALA POLIVALENTE 1

*HIIT, GAP, CORE, FUNCIONAL Y HIPOPRES: SALA POLIVALENTE 2

MULTIACTIVIDAD PARA ALUMNAS/OS DE GETXO KIROLAK EN GOBELA

LUNES
18 / 25

MARTES
19 / 26

MIÉRCOLES
20 / 27

JUEVES
21 / 28

VIERNES
22 / 29

9:30 - 10:20	GLOBAL	ESPALDA SANA	GLOBAL	ESPALDA SANA
10:30 - 11:20	PILATES	GLOBAL	PILATES	GLOBAL
18:30 - 19:20	CICLO INDOOR	PILATES	CICLO INDOOR	PILATES
19:30 - 20:20		GLOBAL		GLOBAL

*CICLO INDOOR: SALA CICLO INDOOR

*GLOBAL Y PILATES: SALA 2