

# MULTIAKTIBITATEA GETXO KIROLAK-EKO

## IKASLEENTZAT FADURAN

	ASTELEHENA 18 / 25	ASTEARTEA 19 / 26	ASTEAZKENA 20 / 27	OSTEGUNA 21 / 28	OSTIRALA 22 / 29
7:45 - 8:15	HIIT	GAP	FUNCIONAL	HIIT	GAP
9:00 - 9:30		HIPOPRES / PELBIS-ZORUA		HIPOPRES / PELBIS-ZORUA	
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	ZIKLO INDOOR	PILATES	ZIKLO INDOOR	

\*ZIKLO INDOOR: ZIKLO INDOOR GELAN

\*GLOBAL ETA PILATES: KIROL ANITZEKO 1. GELAN

\*HIIT, GAP, CORE, FUNCIONAL ETA HIPOPRES: KIROL ANITZEKO 2. GELAN

# MULTIAKTIBITATEA GETXO KIROLAK-EKO IKASLEENTZAT GOBELAN

**ASTELEHENA**  
18 / 25

**ASTEARTEA**  
19 / 26

**AZTEAZKENA**  
20 / 27

**OSTEGUNA**  
21 / 28

**OSTIRALA**  
22 / 29

9:30 - 10:20	GLOBAL	BIZKAR OSASUNA	GLOBAL	BIZKAR OSASUNA
10:30 - 11:20	PILATES	GLOBAL	PILATES	GLOBAL
18:30 - 19:20	ZIKLO INDOOR	PILATES	ZIKLO INDOOR	PILATES
19:30 - 20:20		GLOBAL		GLOBAL

\*ZIKLO INDOOR: ZIKLO INDOOR GELAN

\*GLOBAL ETA PILATES: 2. GELAN