

COMPLEJO DEPORTIVO FELIPE VI

Horarios Actividades Dirigidas

MAÑANAS

ENERO

08/01 al 31/01

LUNES			MARTES			MIÉRCOLES			JUEVES			VIERNES			SÁBADO		
Hora	Actividad	Esp/Mon	Hora	Actividad	Esp/Mon	Hora	Actividad	Esp/Mon	Hora	Actividad	Esp/Mon	Hora	Actividad	Esp/Mon	Hora	Actividad	Días
7:40	SPINNING	INTENSITY VIRTUAL	7:40	SPINNING	INTENSITY VIRTUAL	7:40	SPINNING	INTENSITY VIRTUAL	7:40	SPINNING	INTENSITY VIRTUAL	7:40	SPINNING	INTENSITY VIRTUAL	9:30	SPINNING	TODOS
8:40	AQUAFITNESS	PISCINA Isa Q.	9:30	STEP	ENERGY Isabel María	8:40	AQUAFITNESS	PISCINA Isa Q.	9:30	STEP	ENERGY Isabel María	8:40	AQUAFITNESS	PISCINA Isa Q.	10:30	GAP	20 E
9:30	GAP	ENERGY Paqui	9:30	PILATES	POWER Macu	9:30	BODY HEALTH	ENERGY Fermín	9:30	PILATES	POWER Paqui	9:30	AQUAFITNESS	PISCINA Tere	10:30	BODY HEALTH	13 y 27 E
9:30	AQUAFITNESS	PISCINA Tere	9:30	AQUAFITNESS	PISCINA Ricardo	9:30	AQUAFITNESS	PISCINA Tere	9:30	SPINNING	INTENSITY Macu	9:30	PILATES	POWER Isa Q.	DOMINGO		
9:40	PILATES	POWER Isa Q.	9:30	SPINNING	INTENSITY Manu	9:40	PILATES	POWER Isa Q.	9:30	AQUAFITNESS	PISCINA Ricardo	9:40	BODY HEALTH	ENERGY Macu	Hora	Actividad	Días
10:40	SPINNING	INTENSITY Isa Q.	10:30	CORE	POWER Macu	10:30	JUMP	POWER Isa Q.	10:30	ZUMBA	ENERGY Isabel María	10:40	PYOGA	ENERGY Marisa	9:30	BODY HEALTH	21 E
10:40	PYOGA	POWER Marisa	10:30	ZUMBA	ENERGY Isabel María	10:40	PYOGA	ENERGY Marisa	10:30	TRX	POWER Macu	10:40	SPINNING	INTENSITY Isa Q.	10:30	GAP	14 Y 28 E
						11:10	SPINNING	INTENSITY Isa Q.									
						12:00	FUNCTIONAL TRAINING	SALA FITNESS Pedro R.									

***Las clases de AQUATRaining Y AQUASWIM requieren que el usuario sepa nadar.

**A las clases de Aquafitness, Aquaswim y Aquatraining sólo tienen acceso los socios que han abonado la tarifa de instalación completa.

Los sábados y domingos, las actividades de la sala Energy serán rotativas siendo la 1ª en la 1ª semana válida de este horario.

Será necesario presentar la tarjeta a la entrada correspondiente que se entrega 30 min. antes del comienzo.

Los horarios podrán ser modificados sin previo aviso por necesidades de la instalación.

La edad mínima para asistir a las actividades es de 16 años.

Las sesiones de CORE, FUNCTIONAL TRAINING, JUMP y TRX son de 30'.

El horario de actividades dirigidas de los festivos entre semana con apertura por la mañana será el mismo que el del domingo de esa misma semana

COMPLEJO DEPORTIVO FELIPE VI

C/ Juan Antonio Dimas, s/n - Telf. 968 40 64 20 // 968 47 01 42 - Correo: deportes@lorca.es - Web: www.cdfelipevi.lorca.es



@cdfelipevi



@cdfelipevilorca


















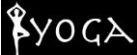














































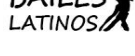



COMPLEJO DEPORTIVO FELIPE VI

Horarios Actividades Dirigidas

ENERO

08/01 al 31/01

TARDES

LUNES			MARTES			MIÉRCOLES			JUEVES			VIERNES		
Hora	Actividad	Esp/Mon	Hora	Actividad	Esp/Mon	Hora	Actividad	Esp/Mon	Hora	Actividad	Esp/Mon	Hora	Actividad	Esp/Mon
15:00	 SPINNING	INTENSITY VIRTUAL	15:00	 SPINNING	INTENSITY VIRTUAL	15:00	 SPINNING	INTENSITY VIRTUAL	15:00	 SPINNING	INTENSITY VIRTUAL	15:00	 SPINNING	INTENSITY VIRTUAL
17:05	 YOGA	HARMONY Marisa	17:05	 YOGA	HARMONY Marisa	17:05	 PILATES	ENERGY Macu	17:05	 PILATES	POWER Juanmi	18:00	 PILATES	ENERGY Macu
17:05	 PILATES	ENERGY Isabel María	18:05	 GAP	HARMONY Paqui	18:05	 BODY HEALTH	ENERGY Macu	18:05	 YOGA	POWER Marisa	19:00	 SPINNING	INTENSITY Macu
18:05	 GAP	ENERGY Paqui	18:05	 PILATES	ENERGY Marta	18:05	 YOGA	POWER Marisa	18:05	 STEP	ENERGY Marta	19:00	 ZUMBA	ENERGY Marta
18:05	 SPINNING	INTENSITY Jose	18:30	 FUNCTIONAL TRAINING	SALA FITNESS Pedro R.	18:05	 SPINNING	INTENSITY Jose	18:30	 FUNCTIONAL TRAINING	SALA FITNESS Juanmi	20:00	 JUMP	POWER Marta
19:00	 FUNCTIONAL TRAINING	SALA FITNESS Fermín	19:00	 BODY HEALTH	ENERGY Marta	19:00	 FUNCTIONAL TRAINING	SALA FITNESS Fermín	19:00	 BODY HEALTH	ENERGY Marta	20:30	 CORE	ENERGY Marta
19:00	 CORE	POWER Jose	19:00	 TRX	POWER Paqui	19:00	 STRONG	ENERGY Marta	20:00	 SPINNING	INTENSITY Pedro R.	21:00	 AQUAFITNESS	PISCINA Laura
19:00	 ZUMBA	ENERGY Marta	19:30	 CORE	POWER Paqui	19:00	 CORE	POWER Isabel María	20:00	 ZUMBA	ENERGY Sonia R.			
19:20	 AQUASWIM	PISCINA Ricardo	20:00	 STEP	ENERGY Marta	19:20	 AQUATRaining	PISCINA Ricardo	20:00	 INTENSITY TRAINING	POWER Jose			
19:30	 TRX	POWER Jose	20:00	 SPINNING	INTENSITY Pedro R.	19:30	 TRX	POWER Isabel María	20:00	 PILATES	HARMONY Marta			
20:00	 RUNNING CLUB	PLACETA Marta	20:00	 INTENSITY TRAINING	POWER Jose	20:00	 SPINNING	INTENSITY Manu	20:10	 AQUAFITNESS	PISCINA Tere			
20:00	 JUMP	POWER Isabel María	20:10	 AQUAFITNESS	PISCINA Tere	20:00	 GAP	ENERGY Isabel María	21:00	 BAILES LATINOS	HARMONY Sonia R.			
20:00	 BODY HEALTH	ENERGY Fermín	21:00	 ZUMBA	ENERGY Marta	20:00	 JUMP	POWER Marta	21:10	 GAP	ENERGY Paqui			
20:00	 SPINNING	INTENSITY Pedro R.	21:00	 BAILES LATINOS	HARMONY Sonia R.	21:00	 AQUAFITNESS	PISCINA Ricardo	21:10	 SPINNING	INTENSITY Jose			
21:00	 AQUAFITNESS	PISCINA Ricardo	21:10	 SPINNING	INTENSITY Jose	21:10	 ZUMBA	ENERGY Marta						
21:00	 BAILES LATINOS	HARMONY Sonia R.												
21:10	 STRONG	ENERGY Marta												

