HORARIO DE ACTIVIDADES DIRIGIDAS

Más info y novedades en www.cdcostablanca.es

HORARIO	SALA	LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
9:00-10:00	SALA 1		PILATES		PILATES	
9:30-10:30	SALA 1	MANTENIMIENTO		MANTENIMIENTO		ZUMBAX FITINESS
10:00-11:00	SALA 1		CARDIO/GAP		STEP TONIC	
14:15-15:15	SALA 1		CARDIO/GAP	BODY FITNES	EUROPUMP	
15:00-16:00	SALA 3	KICK BOXING	KICK BOXING		KICK BOXING	
15:15-16:15	SALA 1	GAP	PILATES	EUROPUMP	PILATES	ZUMBAX FITNESS
17:30-18:30	SALA 1	FLAMENCO	MANTENIMIENTO	RITMOS LATINOS	MANTENIMIENTO	
18:00-19:00	SALA 3					EUROPUMP
18:30-19:30	SALA 1	EUROPUMP	PILATES	EUROPUMP	PILATES	
18:30-19:30	SALA 3	PILATES	CLASICO	FLAMENCO	BODY BALLET	
19:00-20:00	SALA 1					CARDIOBOX
19:30-20:30	SALA 1	CARDIOTONIC	ZUMBAX FITNESS	STEP/TBC	ZUMBAX FITNESS	
19:30-20:30	SALA 3			PILATES		
20:30-21:30	SALA 3		JAZZ			
20:30-21:30	SALA 1	GAP	CARDIO/GAP	CROSSFIT/ABD	EUROPUMP	

CICLO INDOOR VIRTUAL

DESDE LAS 8:00 A 21:00 DE LUNES A SABADO

AEROBICA	TONIFICACION	AEROBICA + TONIFICACION	CUERPO MENTE	BAILE Y DANZA	ARTES MARCIALES

- El Centro Deportivo Costa Blanca se reserva el derecho de cambiar o modificar los horarios, según temporada y volumen de usuarios.
- Se recuerda la importancia de hidratarse durante el entrenamiento.
- Se prohibe el acceso de botellas de vidrio a las salas.
- Consulta a tu asesor deportivo ante cualquier duda y antes de empezar.