Costa Blanca
Centro Deportivo

HORARIO DE ACTIVIDADES DIRIGIDAS

Más info y novedades en www.cdcostablanca.es

HORARIO	SALA	LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES	SABADO
8:00	ZONA CICLO	Ciclo Indoor virtual	Ciclo Indoor virtual	Ciclo Indoor virtual	Ciclo Indoor virtual	Ciclo Indoor virtual	
9:00	SALA 1	Ciclo Indoor virtual	PILATES	Ciclo Indoor virtual	PILATES	Ciclo Indoor virtual	
9:30	SALA 1	MANTENIMIENTO	Ciclo Indoor virtual	MANTENIMIENTO	Ciclo Indoor virtual	ZUMBAX	
10:00	SALA 1	Ciclo Indoor virtual	CARDIO/GAP	Ciclo Indoor virtual	STEP TONIC	Ciclo Indoor virtual	Ciclo Indoor virtual
10:30	SALA 1	Ciclo Indoor virtual	Ciclo Indoor virtual	Ciclo Indoor virtual	Ciclo Indoor virtual	Ciclo Indoor virtual	CARDIO BOX
14:15	SALA 1	Ciclo Indoor virtual	CARDIO/GAP	BODY FITNESS	EUROPUMP	Ciclo Indoor virtual	Ciclo Indoor virtual
15:00	SALA 3	Ciclo Indoor virtual	KICK BOXING	Ciclo Indoor virtual	KICK BOXING	Ciclo Indoor virtual	
15:15	SALA 1	GAP	PILATES	EUROPUMP	PILATES	Ciclo Indoor virtual	
17:00	ZONA CICLO	Ciclo Indoor virtual	Ciclo Indoor virtual	Ciclo Indoor virtual	Ciclo Indoor virtual	Ciclo Indoor virtual	
17:30	SALA 1	Ciclo Indoor virtual	MANTENIMIENTO	Ciclo Indoor virtual	MANTENIMIENTO	Ciclo Indoor virtual	
18:30	SALA 1	EUROPUMP	PILATES	GAP	PILATES	EUROPUMP	
19:30	SALA 1	CARDIOTONIC	ZUMBAX	POWER PILATES	ZUMBAX	ZUMBAX 45	
19:30	SALA 3	Ciclo Indoor virtual	Ciclo Indoor virtual	Ciclo Indoor virtual	Ciclo Indoor virtual	Ciclo Indoor virtual	
20:30	SALA 1	POWER PILATES	GAP	CROSS TRAINING	EUROPUMP	Ciclo Indoor virtual	
20:00	ZONA CICLO	Ciclo Indoor virtual	Ciclo Indoor virtual	Ciclo Indoor virtual	Ciclo Indoor virtual	Ciclo Indoor virtual	
20:30	SALA 3	KYOKUSHINKAI	Ciclo Indoor virtual	KYOKUSHINKAI	Ciclo Indoor virtual	KYOKUSHINKAI	
22:00	ZONA CICLO	Ciclo Indoor virtual	Ciclo Indoor virtual	Ciclo Indoor virtual	Ciclo Indoor virtual	Ciclo Indoor virtual	

AEROBIC	TONIFICACION	AEROBIC + TONIFICACION	CUERPO MENTE	ARTES MARCIALES

CICLO INDOOR VIRTUAL

CLASES CICLO INDOOR DE LUNES A DOMINGO DE FORMA CONTINUADA DURANTE TODO EL DIA

El Centro Deportivo Costa Blanca se reserva el derecho de cambiar o modificar los horarios, según temporada y volumen de usuarios

Se recomienda hidratarse, durante la actividad fisica