

DÍA / HORA	LUNES				MARTES				MIÉRCOLES				JUEVES				VIERNES				SÁBADO			
	SALA CYCLING	SALA 1	SALA 2	MULTICANCHA (Domo)	SALA CYCLING	SALA 1	SALA 2	MULTICANCHA (Domo)	SALA CYCLING	SALA 1	SALA 2	MULTICANCHA (Domo)	SALA CYCLING	SALA 1	SALA 2	MULTICANCHA (Domo)	SALA CYCLING	SALA 1	SALA 2	MULTICANCHA (Domo)	SALA CYCLING	SALA 1	SALA 2	MULTICANCHA (Domo)
8:00	CYCLING	GIMNASIA LOCALIZADA			CYCLING				CYCLING	GIMNASIA LOCALIZADA			CYCLING				CYCLING	GIMNASIA LOCALIZADA						
9:00	CYCLING		BAILE ENTRETENIDO		CYCLING	ZUMBA	GIMNASIA KINESICA		CYCLING		BAILE ENTRETENIDO		CYCLING	ZUMBA	GIMNASIA KINESICA		CYCLING	ZUMBA	BAILE ENTRETENIDO			DEFENSA PERSONAL ADULTO MAYOR	ZUMBA	
10:00	CYCLING	PILATES		DEPORTE DE INTEGRACION (IND)		PILATES		AEROMIX	CYCLING	PILATES		STEP		PILATES		AEROMIX		PILATES		DEPORTE DE INTEGRACION (IND)	CYCLING		FITBALL	
11:00			YOGA (PAGADO)			ZUMBA		ENTRENAMIENTO FUNCIONAL						ZUMBA		ENTRENAMIENTO O FUNCIONAL			YOGA (PAGADO)		CYCLING (PAGADO)		CARDIO JUMP (PAGADO)	
12:00																							ZUMBA (PAGADO)	
13:00	MANTENCIÓN GENERAL																MANTENCIÓN GENERAL							
14:00	MANTENCIÓN GENERAL																MANTENCIÓN GENERAL							
15:00								DEPORTE DE INTEGRACION					DEPORTE DE INTEGRACION				DEPORTE DE INTEGRACION						TAEKWONDO (PAGADO)	
16:00																							TAEKWONDO (PAGADO)	
17:00				TALLER INFANTIL (IND)			ZUMBA				TALLER INFANTIL (IND)			ZUMBA								TALLER INFANTIL (IND)		
18:00		AEROBOX	ZUMBA	TALLER INFANTIL (IND)		PILATES	YOGA (PAGADO)			AEROBOX	ZUMBA	TALLER INFANTIL (IND)		PILATES	YOGA (PAGADO)		AEROBOX	ZUMBA	TALLER INFANTIL (IND)					
19:00	CYCLING	FITBALL		COMBAT MASIVO	CYCLING	LOCALIZADO	KARATE (PAGADO)	COMBAT MASIVO	CYCLING	INSANITY			CYCLING	ZUMBA	KARATE (PAGADO)	COMBAT MASIVO	CYCLING	INSANITY	BALLET 4 A 5 AÑOS (PAGADO)					
20:00	CYCLING	CAPOEIRA (PAGADO)	CARDIO JUMP (PAGADO)	ZUMBA MASIVA	CYCLING	TAEKWONDO (PAGADO)	KARATE (PAGADO)	ZUMBA MASIVA	CYCLING	ZUMBA	CARDIO JUMP (PAGADO)	FUTSAL SANTO TOMAS	CYCLING	TAEKWONDO (PAGADO)	KARATE (PAGADO)	ZUMBA MASIVA	CYCLING	ZUMBA	BALLET 4 A 5 AÑOS (PAGADO)	FUTSAL SANTO TOMAS				
21:00	CYCLING	CAPOEIRA (PAGADO)			CYCLING	TAEKWONDO (PAGADO)	CARDIO JUMP (PAGADO)		CYCLING				CYCLING	TAEKWONDO (PAGADO)	CARDIO JUMP (PAGADO)		CYCLING	CAPOEIRA (PAGADO)	CARDIO JUMP (PAGADO)					
	TALLERES PARA LOS SOCIOS DEL POLIDEPORTIVO ESTACION CENTRAL				TALLERES PARA LOS SOCIOS DEL POLIDEPORTIVO ESTACION CENTRAL				TALLERES PARA LOS SOCIOS DEL POLIDEPORTIVO ESTACION CENTRAL				TALLERES PARA LOS SOCIOS DEL POLIDEPORTIVO ESTACION CENTRAL											
	ESCUELAS EXTERNAS (COSTO POR SEPARADO)				ESCUELAS EXTERNAS (COSTO POR SEPARADO)				ESCUELAS EXTERNAS (COSTO POR SEPARADO)				ESCUELAS EXTERNAS (COSTO POR SEPARADO)											
	EQUIPOS DEPORTIVOS				EQUIPOS DEPORTIVOS				EQUIPOS DEPORTIVOS				EQUIPOS DEPORTIVOS											
	TALLER INFANTIL (IND) (ABRIL A DICIEMBRE)				TALLER INFANTIL (IND) (ABRIL A DICIEMBRE)				TALLER INFANTIL (IND) (ABRIL A DICIEMBRE)				TALLER INFANTIL (IND) (ABRIL A DICIEMBRE)											

HORARIO SALA DE MUSCULACIÓN	
LUNES A VIERNES	7:30 A 13 ⁰⁰ Hrs Y DE 15 ⁰⁰ A 22 ⁰⁰ Hrs
SÁBADO	8 ⁰⁰ A 13 ⁰⁰ Hrs Y DE 15 ⁰⁰ A 18 ⁰⁰ Hrs

TALLER DE FUTBOL (IND) (9 A 14 AÑOS) (CANCHA FUTBOLITO)	TALLER POLIDEPORTES (IND) (6 A 9 AÑOS) (DOMO)	BÁSQUETBOL (IND) (10 A 14 AÑOS) (DOMO)
LUNES-MIERCOLES-VIERNES	LUNES-MIERCOLES-VIERNES	LUNES-MIERCOLES-VIERNES
16:30 A 17:30 HRS	17:00 A 18:00 HRS	18:00 A 19:00 HRS

DÍAS/ HRS	LUNES		MARTES		MIÉRCOLES		JUEVES		VIERNES		SÁBADO	
	PISCINA MAYOR	PISCINA TERAPIA	PISCINA MAYOR	PISCINA TERAPIA	PISCINA MAYOR	PISCINA TERAPIA	PISCINA MAYOR	PISCINA TERAPIA	PISCINA MAYOR	PISCINA TERAPIA	PISCINA MAYOR	PISCINA TERAPIA
8:00	NADO LIBRE		Nado libre (12 cupos) ACQUATRaining (PAGADO)		NADO LIBRE		Nado libre (12 cupos) ACQUATRaining (PAGADO)		NADO LIBRE		NADO LIBRE	
9:00	TALLER MC DONALD 3ERA EDAD / PISTA NADO LIBRE	1	Natación Adulto (PAGADO)		TALLER MC DONALD 3ERA EDAD / PISTA NADO LIBRE	1	MENORES DE 60 AÑOS	Natación Adulto (PAGADO)	NADO LIBRE	MENORES DE 60 AÑOS	ACQUAFITNES (PAGADO)	
10:00	HIDROGIMNASIA		HIDROGIMNASIA	HIDROTERAPIA ADULTO MAYOR GRUPO A	HIDROGIMNASIA	HIDROTERAPIA ADULTO MAYOR GRUPO C	HIDROGIMNASIA	HIDROTERAPIA ADULTO MAYOR GRUPO A	HIDROGIMNASIA	HIDROTERAPIA ADULTO MAYOR GRUPO C	JUVENIL	NATACIÓN MINI B
11:00	NADO LIBRE		NADO LIBRE	HIDROTERAPIA ADULTO MAYOR GRUPO B	NADO LIBRE	HIDROTERAPIA ADULTO MAYOR GRUPO D	NADO LIBRE	HIDROTERAPIA ADULTO MAYOR GRUPO B	NADO LIBRE	HIDROTERAPIA ADULTO MAYOR GRUPO D	INFANTIL PRINCIPIANTE C	
12:00	HIDROGIMNASIA		HIDROGIMNASIA		HIDROGIMNASIA		HIDROGIMNASIA		HIDROGIMNASIA		INTERMEDIO	
13:00	MANTENCIÓN										JUVENIL AVANZADO	MINI AVANZADO
14:00											MANTENCIÓN	
15:00	Matronatación / 1 Pista Nado	CONSULTORIOS	Matronatación / 1 Pista Nado		NATACIÓN IND		Matronatación / 1 Pista Nado		NATACIÓN IND	CONSULTORIOS	NADO LIBRE	
16:00	NADO LIBRE		NATACIÓN IND	HIDRO NEURO A	NATACIÓN IND	HIDRO NEURO B	NATACIÓN IND	HIDRO NEURO A	NATACIÓN IND	HIDRO NEURO B	Matronatación (PAGADO) / 1 Pista Nado	
17:00	INFANTIL PRINCIPIANTE B	MINI INICIACIÓN	INFANTIL AVANZANDO	NATACION MINI C	INFANTIL PRINCIPIANTE C	NATACIÓN MINI B	INFANTIL AVANZANDO	NATACION MINI C	INFANTIL PRINCIPIANTE B		NADO LIBRE	
18:00	INFANTIL PRINCIPIANTE A		INFANTIL INTERMEDIO	HIDROTERAPIA MIXTO A	JUVENIL AVANZADO	MINI AVANZADO	JUVENIL	HIDROTERAPIA MIXTO A	INFANTIL PRINCIPIANTE A		CIERRE	
19:00	HIDROGIMNASIA		HIDROGIMNASIA		HIDROGIMNASIA		HIDROGIMNASIA		HIDROGIMNASIA			
20:00	NADO LIBRE		NADO LIBRE	HIDROTERAPIA MIXTO B	NADO LIBRE		NADO LIBRE	HIDROTERAPIA MIXTO B	NADO LIBRE			
21:00	ACQUAFITNES (PAGADO)		HIDROFIT		ACQUAFITNES (PAGADO)		HIDROFIT		NADO LIBRE(21:30)			

	TALLERES PARA LOS SOCIOS DEL POLIDEPORTIVO ESTACION CENTRAL
	ESCUELAS DEPORTIVAS ACUATICAS (COSTO POR SEPARADO)
	KINESIOLOGÍA (COSTO POR SEPARADO)
	TALLER INFANTIL (IND) (ABRIL A DICIEMBRE)

	TALLERES PARA LOS SOCIOS DEL POLIDEPORTIVO ESTACION CENTRAL
	ESCUELAS DEPORTIVAS ACUATICAS (COSTO POR SEPARADO)
	KINESIOLOGÍA (COSTO POR SEPARADO)
	TALLER INFANTIL (IND) (ABRIL A DICIEMBRE)

ESCUELA NATACION POLIDEPORTIVO	
EADADES	
MINI (4 A 6 AÑOS)	
INFANTIL (7 A 12 AÑOS)	
JUVENIL (13 A 15 AÑOS)	

NATACION INFANTIL (IND) (9 A 14 AÑOS)	
GRUPO A (MARTES 16 ⁰⁰ Hrs.- MIERCOLES 15 ⁰⁰ Hrs.-VIERNES 15 ⁰⁰ Hrs.)	
GRUPO B (MIERCOLES 16 ⁰⁰ Hrs- JUEVES 16 ⁰⁰ Hrs.-VIERNES 16 ⁰⁰ Hrs.)	