

Actividades de Gym

Los Encinos
CLUB DE GOLF

Encargados del gimnasio:
Ángel González y Arturo Gómez

ACTIVIDADES MATUTINAS

HORA/INSTRUCTOR	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADOS
7:00 A.M	SPINNING/Javier	SPINNING/Javier	SPINNING/Javier	SPINNING/Javier	SPINNING/Javier	
		STRECH/EMMANUEL		STRECH/EMMANUEL		
8:00 A.M	SPINNING/Javier BOOT CAMP/Emmanuel	SPINNING/Javier ZUMBA/Emmanuel	SPINNING/Javier EJ. FUNCIONALES /Emmanuel	SPINNING/Javier PILATES/Emmanuel	SPINNING/Javier RITMOS LATINOS/Emmanuel	
9:00 A.M	STRECH/Emmanuel SPINNING/Javier	SPINNING/Javier	YOGA / Hilda SPINNING/Javier	SPINNING/Javier	FUERZA BODY POM /Emmanuel SPINNING/Javier	SPINNING/Javier
10:00 A.M.						SPINNING/Javier

ACTIVIDADES VESPERTINAS

4:00 P.M					KARATE	
5:00 P.M		TAE KWON DO Pedro V.		TAE KWON DO Pedro V.	KARATE	
6:00 P.M	SPINNING/Javier	BODY BAR GAP/Emmanuel MODERN/JAZZ +12 AÑOS	SPINNING/Javier	PILATES/Emmanuel MODERN/JAZZ +12 AÑOS	SPINNING/Javier	
7:00 P.M	SPINNING/Javier INTERMEDIATE/LIBRE AVANZADOS	TAP +12 AÑOS	SPINNING/Javier INTERMEDIATE/LIBRE AVANZADOS	STRECH/Emmanuel TAP +12 AÑOS	SPINNING/Javier	

CLASES GRATUITAS
CLASES PARTICULARES