

SEMANA SANTA (10 al 16 de Abril 2017)

LUNES 10 DE ABRIL

HORA	SALÓN 1	SALÓN 2	BIKE	CROSS	RING	CANCHA	ALBERCA
07:00	YOGA						
08:00	ZUMBA						CLÍNICA
09:00	YOGA	TONO MUSCULAR		ENTRENAMIENTO FUNCIONAL			
10:00		RITMOS LATINOS					CLÍNICA
17:00	ZUMBA						
18:00	PILATES	POWER JUMP					
19:00	BAILE	BODY PUMP	BIKE		KICK BOXING	CLÍNICA	
20:00		YOGA		CROSS TRAINNING			

MARTES 11 DE ABRIL

HORA	SALÓN 1	SALÓN 2	BIKE	CROSS	RING	MURO	ALBERCA
07:00				CROSS TRAINNING			CLÍNICA
08:00	BODY COMBAT	BAILE	BIKE				
09:00	YOGA	BODY PUMP			KICK BOXING		AQUAEROBICS
10:00	YOGA RESTAURATIVA	RITMOS LATINOS					
17:00	PILATES						
18:00	STEP		BIKE				
19:00		BODY COMBAT	BIKE	ENTRENAMIENTO FUNCIONAL	BOX	ESCALDA	
20:00	WELLNESS	POWER JUMP					

MIÉRCOLES 12 DE ABRIL

HORA	SALÓN 1	SALÓN 2	BIKE	CROSS	RING	CANCHA	ALBERCA
07:00	YOGA						
08:00	ZUMBA						CLÍNICA
09:00	YOGA	TONO MUSCULAR		FUNCIONAL			
10:00		RITMOS LATINOS					CLÍNICA
17:00	ZUMBA						
18:00	PILATES	POWER JUMP					
19:00	BAILE	BODY PUMP	BIKE		KICK BOXING	CLÍNICA	

JUEVES 13 DE ABRIL

	SALÓN 1	SALÓN 2	BIKE	CROSS	CANCHA DE FÚTBOL/D	ALBERCA
08:00						CLINICA
09:00	YOGA RESTAURATIVA					AQUAEROBICS FAMILIAR
10:00	ZUMBA FAMILIAR		BIKE			
11:00	ZUMBA FAMILIAR	POWER JUMP				
12:00		BODY PUMP		ENTRENAMIENTO FUNCIONAL		

SEMANA SANTA (10 al 16 de Abril 2017)

VIERNES 14 DE ABRIL

	SALÓN 1	SALÓN 2	BIKE	CROSS	CANCHA DE FÚTBOL/D	ALBERCA
08:00						CLINICA
09:00	YOGA RESTAURATIVA					AQUAEROBICS FAMILIAR
10:00	ZUMBA FAMILIAR		BIKE			
11:00	ZUMBA FAMILIAR	POWER JUMP				
12:00		BODY PUMP		ENTRENAMIENTO FUNCIONAL		

SÁBADO 15

	SALÓN 1	SALÓN 2	CROSS	CANCHA DE FÚTBOL/S	ALBERCA
08:00					CLÍNICA
09:00	RITMOS LATINOS		ENTRENAMIENTO FUNCIONAL	CLINICA FEMENIL	
10:00	BODY MIX	STRECHING			AQUAZUMBA
11:00	BAILE		ACODICIONAMIENTO FISICO GENERAL	RETAS	
12:00			GAP		

DOMINGO 16 DE ABRIL

	SALÓN 1	SALÓN 2	CROSS	CANCHA DE FÚTBOL/D	ALBERCA
08:00					CLÍNICA
09:00	RITMOS LATINOS		ENTRENAMIENTO FUNCIONAL		
10:00		YOGA		LIGA VARONIL	
11:00			ACODICIONAMIENTO FISICO GENERAL	LIGA VARONIL	
12:00	ZUMBA		GAP	LIGA VARONIL	

NOTA: NO OLVIDES REVISAR TU REGLAMENTO DE CLASES
SPORTIUM SE RESERVA EL DERECHO
DE HACER CAMBIOS DE ULTIMA HORA

HORARIO DEL CLUB

L-J 5:50 a 23:00 hrs.

V 5:50 a 21:00 hrs.

S, D y días festivos 7:00 a 17:00 hrs.

HORARIO DE ALBERCA

L-J 5:50 a 22:30 hrs.

V 5:50 a 20:30 hrs.

S, D y días festivos 7:00 a 16:30 hrs.

TEL: / FAX 1000.2500



Dudas, comentarios y/o sugerencias escribir a:
desierto@sportium.com.mx