

# HORARIOS DE ACTIVIDADES ABRIL 2022

## GIMNASIA

### AEROLocal

LUNES-MIÉRCOLES-VIERNES 09:05 / 10:00  
 LUNES-MIÉRCOLES-VIERNES 14:30 / 15:30  
 LUNES-MIÉRCOLES-VIERNES 18:05 / 18:55  
 MARTES Y JUEVES 09:00 / 09:55  
 SÁBADO 10:05 / 11:00

### INTEGRAL

LUNES-MIÉRCOLES-VIERNES 15:40 / 16:30

MARTES Y JUEVES 10:05 / 11:00

### CORRECTIVA

LUNES-MIÉRCOLES-VIERNES 10:15 / 11:15

LUNES-MIÉRCOLES-VIERNES 21:10 / 22:00

MARTES Y JUEVES 19:00 / 19:55  
 SÁBADO 11:10 / 12:10

### STRETCHING

MARTES Y JUEVES 15:40 / 16:30

### FIT WOMAN

LUNES-MIÉRCOLES-VIERNES 19:05 / 19:55

MARTES Y JUEVES 20:10 / 21:10

### CORE TRAINING

LUNES-MIÉRCOLES-VIERNES 19:05 / 19:50

## PILATES

LUNES-MIÉRCOLES-VIERNES 09:00 / 10:00

LUNES-MIÉRCOLES-VIERNES 20:00 / 21:00

MARTES Y JUEVES 09:15 / 10:05

SÁBADO 10:05 / 11:00

MARTES Y JUEVES 14:30 / 15:30

MARTES Y JUEVES 18:00 / 18:55

## YOGA

LUNES-MIÉRCOLES-VIERNES 08:00 / 08:55

LUNES-MIÉRCOLES-VIERNES 18:00 / 18:55

MARTES Y JUEVES 10:10 / 11:10

MARTES Y JUEVES 20:05 / 21:00

SÁBADO 09:00 / 09:55

## FÚTBOL

### FÚTBOL Adolescentes

LUNES-MIÉRCOLES-VIERNES 18:00 / 18:55

MARTES Y JUEVES 17:10 / 18:00

### FÚTBOL +18 AÑOS

LUNES-MIÉRCOLES-VIERNES 08:15 / 09:15

LUNES-MIÉRCOLES-VIERNES 19:00 / 20:00

MARTES Y JUEVES 21:30 / 22:25

### FEMENINO

MARTES Y JUEVES 19:00 / 19:55

## BASKET

LUNES-MIÉRCOLES-VIERNES 21:10 / 22:10

## VOLLEY

### VOLLEY social

MARTES Y JUEVES 09:00 / 10:30

### VOLLEY social

LUNES-MIÉRCOLES-VIERNES 20:05 / 21:00

### ENSEÑANZA VOLLEY Jóvenes y adultos

LUNES-MIÉRCOLES-VIERNES 17:00 / 17:55

### VOLLEY plantel femenino

MARTES Y JUEVES 20:00 / 21:15

### VOLLEY plantel masculino

MARTES Y JUEVES 21:15 / 22:30

## HANDBALL

### ADOLESCENTES

MARTES Y JUEVES 17:00 / 18:00

## GIMNASIA ARTÍSTICA

### ADOLESCENTES

LUNES, MIÉRCOLES Y VIERNES 18:00 / 18:45

LUNES, MIÉRCOLES Y VIERNES 19:05 / 19:55

## TENIS DE MESA

MARTES Y JUEVES 18:00 / 19:00

MARTES Y JUEVES 19:00 / 20:00

## BOX TRAINING

LUNES-MIÉRCOLES-VIERNES 20:05 / 21:00

## ROUND TRAINING

MARTES Y JUEVES 19:00 / 19:50

## SALA FULL TRAINING

### WORKOUT (ENTRENAMIENTO DEL DÍA)

LUNES A VIERNES 07:00 / 22:00

SÁBADO 08:00 / 17:55

### WORKOUT Adolescentes +12

LUNES A VIERNES 07:00 / 17:00

SÁBADO 08:00 / 17:55

### SUPER HIIT

MARTES Y JUEVES 19:15 / 19:45

## FUNCIONAL

LUNES A VIERNES 07:30 / 08:30

MARTES Y JUEVES 07:15 / 08:15

MARTES Y JUEVES 09:00 / 09:55

LUNES-MIÉRCOLES-VIERNES 12:30 / 13:30

MARTES Y JUEVES 16:00 / 17:00

LUNES A VIERNES 19:00 / 20:00

LUNES A VIERNES 20:15 / 21:15

SÁBADO 09:00 / 10:00

### FUNCIONAL Adolescentes

LUNES-MIÉRCOLES-VIERNES 17:00 / 18:00

MARTES Y JUEVES 18:00 / 19:00

### FUNCIONAL BIKE

LUNES-MIÉRCOLES-VIERNES 09:00 / 09:55

MARTES Y JUEVES 12:30 / 13:30

## INDOOR BIKE

LUNES-MIÉRCOLES-VIERNES 08:10 / 09:00

MARTES Y JUEVES 08:20 / 09:10

LUNES A VIERNES 18:00 / 18:50

LUNES A VIERNES 19:05 / 19:55

LUNES A VIERNES 20:10 / 21:00

SÁBADO 11:10 / 12:00

### INDOOR BIKE Adolescentes +12

MARTES Y JUEVES 17:00 / 17:45

## ZUMBA

LUNES-MIÉRCOLES-VIERNES 20:05 / 21:00

SÁBADO 11:10 / 12:10

## RITMOS

### JÓVENES Y ADULTOS

MARTES Y JUEVES 19:05 / 20:00

## KARATE ADOLESCENTES

LUNES-MIÉRCOLES-VIERNES 18:10 / 19:00

LUNES-MIÉRCOLES-VIERNES 19:05 / 20:00

## MASTER SALA

### RUTINAS Y CORE EXPRESS

LUNES A VIERNES 07:00 / 22:55

SÁBADO 08:00 / 17:55

## PISCINA

### HIDROGYM

LUNES-MIÉRCOLES-VIERNES 08:00 / 08:45

LUNES-MIÉRCOLES-VIERNES 08:45 / 09:30

MARTES Y JUEVES 08:15 / 09:00

MARTES Y JUEVES 09:00 / 09:45

MARTES Y JUEVES 10:15 / 11:00

LUNES A VIERNES 16:00 / 16:45

LUNES-MIÉRCOLES-VIERNES 16:45 / 17:30

LUNES-MIÉRCOLES-VIERNES 19:30 / 20:15

MARTES Y JUEVES 19:45 / 20:30

SÁBADO 16:00 / 16:45

SÁBADO 16:45 / 17:30

### HIDROSOFT

LUNES-MIÉRCOLES-VIERNES 09:30 / 10:15

MARTES Y JUEVES 11:00 / 11:45

LUNES A VIERNES 15:15 / 16:00

### HIDROTRAINING

LUNES-MIÉRCOLES-VIERNES 20:15 / 21:00

### ENA (Enseñanza Natación)+12

LUNES-MIÉRCOLES-VIERNES 07:05 / 08:00

MARTES Y JUEVES 20:30 / 21:15

SÁBADO 09:30 / 10:15

### PISCINA LIBRE

LUNES-MIÉRCOLES-VIERNES 07:05 / 08:00

LUNES-MIÉRCOLES-VIERNES 10:15 / 10:45

LUNES-MIÉRCOLES-VIERNES 21:00 / 21:45

LUNES Y VIERNES 12:00 / 13:00

MIÉRCOLES 12:15 / 13:00

VIERNES 11:15 / 12:00

MARTES Y JUEVES 07:05 / 08:15

MARTES Y JUEVES 11:45 / 12:30

MARTES Y JUEVES 12:30 / 13:15

SÁBADO 12:30 / 13:15

SÁBADO 13:15 / 14:00

SÁBADO 15:15 / 16:00

### DEP. ACUÁTICOS Adolescentes

LUNES-MIÉRCOLES-VIERNES 18:50 / 19:40

### NATACIÓN Adolescentes

MARTES Y JUEVES 18:50 / 19:55

## RESERVAS ONLINE

DEBE RESERVARSE PARA TODAS LAS ACTIVIDADES A TRAVÉS DE NUESTRA WEB [WWW.ENFOQUEWEB.LY](http://WWW.ENFOQUEWEB.LY) O EN NUESTRA APP

