

ACTIVIDADES PARA SOCIOS DE CIUDAD DEPORTIVA DISPONIBLES EN CENTRO DEPORTIVO Jóvenes y Adultos

ENFOQUE

Piscina

Hidrosoft +50 años SÁBADO	PISCINA 14:30 a 15:15
Hidrogym +50 años SÁBADO	PISCINA 08:45 a 09:30
Piscina Libre +50 años MARTES Y JUEVES	07:05 a 08:15
MARTES Y JUEVES	12:00 a 13:00
MARTES Y JUEVES	21:15 a 22:00
SÁBADO	14:00 a 14:30

Handball

Handball Sub 14 femenino LUNES-MIÉRCOLES VIERNES	POLIDEPORTIVO 17:00 a 19:00 17:00 a 18:00
Handball Sub 14 masculino LUNES-MIÉRCOLES VIERNES	POLIDEPORTIVO 18:00 a 20:00 18:00 a 19:00
Handball Sub 16 femenino LUNES-MIÉRCOLES VIERNES	POLIDEPORTIVO 19:00 a 20:45 19:00 a 20:00
Handball Sub 16 masculino LUNES-MIÉRCOLES VIERNES	POLIDEPORTIVO 18:00 a 20:00 18:00 a 19:00
Handball Adultos masculino MARTES Y JUEVES	POLIDEPORTIVO 21:00 a 22:30

Volley

Volley Social LUNES-MIÉRCOLES-VIERNES	POLIDEPORTIVO 20:00 a 20:55
---	---------------------------------------

Basket

Basket Social LUNES-MIÉRCOLES-VIERNES MARTES Y JUEVES	POLIDEPORTIVO 21:00 a 22:00 20:00 a 21:00
--	--

Entrenamiento

Funcional LUNES-MIÉRCOLES-VIERNES LUNES A VIERNES MARTES Y JUEVES MARTES Y JUEVES SÁBADO	CANCHA SINTÉTICO 12:30 a 13:30 20:05 a 21:00 08:00 a 08:55 09:05 a 10:00 10:00 a 11:00
Funcional Bike LUNES-MIÉRCOLES-VIERNES	CANCHA SINTÉTICO 08:45 a 09:40
Fit Woman LUNES-MIÉRCOLES-VIERNES MARTES Y JUEVES	SALA OXÍGENO 19:05 a 20:00 20:05 a 21:00
Box Training LUNES-MIÉRCOLES-VIERNES MARTES Y JUEVES	ESPACIO BOX 20:05 a 21:00 18:45 a 19:45

Fitness

Aerolocal LUNES-MIÉRCOLES-VIERNES	SALA OXÍGENO 18:05 a 18:55
Zumba LUNES Y MIÉRCOLES	SALA OXÍGENO 20:05 a 21:00
Ritmos MARTES Y JUEVES	SALA OXÍGENO 19:00 a 20:00
Indoor Bike LUNES-MIÉRCOLES-VIERNES LUNES-MIÉRCOLES-VIERNES LUNES A VIERNES LUNES A VIERNES MARTES Y JUEVES	SALA INDOOR 08:10 a 09:00 18:00 a 18:50 19:05 a 19:55 20:10 a 21:00 12:15 a 13:05

Wellness

Correctiva SÁBADO	SALA OXÍGENO 11:05 a 12:00
Integral LUNES-MIÉRCOLES-VIERNES	SALA OXÍGENO 15:40 a 16:30
Move & Flex MARTES Y JUEVES	SALA OXÍGENO 15:40 a 16:30
Yoga LUNES-MIÉRCOLES-VIERNES	SALA OXÍGENO 08:00 a 08:55
Pilates Mat MARTES Y JUEVES	SALA VITALE 09:05 a 10:00 SALA OXÍGENO 14:30 a 15:30 10:00 a 10:55
MARTES Y JUEVES SÁBADO	SALA OXÍGENO 17:00 a 17:55
Tai Chi LUNES Y MIÉRCOLES	SALA OXÍGENO 17:00 a 17:55
Pilates Estudio *	SALA PILATES ESTUDIO
LUNES-MIÉRCOLES-VIERNES	08:00 a 09:00
LUNES-MIÉRCOLES-VIERNES	09:15 a 10:15
LUNES-MIÉRCOLES-VIERNES	10:30 a 11:30
LUNES-MIÉRCOLES-VIERNES	17:15 a 18:15
LUNES-MIÉRCOLES-VIERNES	18:30 a 19:30
MARTES Y JUEVES	07:15 a 08:15
MARTES Y JUEVES	08:30 a 09:30
MARTES Y JUEVES	09:45 a 10:45
MARTES Y JUEVES	15:00 a 16:00
MARTES Y JUEVES	16:15 a 17:15
MARTES Y JUEVES	18:00 a 19:00
MARTES Y JUEVES	19:15 a 20:15

(*) Actividad con costo extra



Para reservar tu clase
¡DESCARGATE LA APP ENFOQUE!



O A TRAVÉS DE NUESTRA WEB: ENFOQUEWEB.UY

HORARIOS PROVISORIOS SUJETOS A MODIFICACIONES