

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