

### Piscina

<b>Hidrogym</b>	
LUNES-MIÉRCOLES-VIERNES	08:00 a 08:45
LUNES-MIÉRCOLES-VIERNES	08:45 a 09:30
LUNES A VIERNES	16:00 a 16:45
LUNES A VIERNES	16:45 a 17:30
LUNES-MIÉRCOLES-VIERNES	19:30 a 20:15
MARTES Y JUEVES	08:15 a 09:00
MARTES Y JUEVES	09:00 a 09:45
MARTES Y JUEVES	10:15 a 11:00
MARTES Y JUEVES	19:45 a 20:30
SÁBADO	08:45 a 09:30
SÁBADO	16:00 a 16:45
SÁBADO	16:45 a 17:30
<b>Hidrosoft</b>	
LUNES-MIÉRCOLES-VIERNES	09:30 a 10:15
LUNES A VIERNES	15:15 a 16:00
<b>Hidrotraining</b>	
LUNES-MIÉRCOLES-VIERNES	20:15 a 21:00
<b>ENA (Enseñanza Natación) +12 años</b>	
LUNES-MIÉRCOLES-VIERNES	07:05 a 08:00
MARTES Y JUEVES	20:30 a 21:15
MARTES Y JUEVES	21:15 a 22:00
SÁBADO	09:30 a 10:15
<b>Piscina Libre</b>	
LUNES-MIÉRCOLES-VIERNES	07:05 a 08:00
LUNES-MIÉRCOLES-VIERNES	10:15 a 10:45
LUNES-MIÉRCOLES-VIERNES	21:00 a 21:45
LUNES A VIERNES	12:00 a 13:00
MARTES Y JUEVES	07:05 a 08:15
MARTES Y JUEVES	21:15 a 22:00
SÁBADO FAMILIAR	12:30 a 13:15
SÁBADO FAMILIAR	13:15 a 14:00
SÁBADO FAMILIAR	15:15 a 16:00

### Entrenamiento

<b>Funcional</b>	
LUNES-MIÉRCOLES-VIERNES	CANCHA SINTÉTICO 07:30 a 08:30
LUNES-MIÉRCOLES-VIERNES	12:30 a 13:30
LUNES A VIERNES	19:00 a 19:55
LUNES A VIERNES	20:05 a 21:00
MARTES Y JUEVES	08:00 a 08:55
MARTES Y JUEVES	09:05 a 10:00
SÁBADO	10:00 a 11:00
<b>Funcional Bike</b>	
LUNES-MIÉRCOLES-VIERNES	CANCHA SINTÉTICO 08:45 a 09:40
<b>Fit Woman</b>	
LUNES-MIÉRCOLES-VIERNES	SALA OXÍGENO 19:05 a 20:00
MARTES Y JUEVES	20:05 a 21:00
<b>Box Training</b>	
LUNES-MIÉRCOLES-VIERNES	ESPACIO BOX 20:05 a 21:00
MARTES Y JUEVES	18:45 a 19:45
<b>Open Gym</b>	
LUNES A VIERNES	MASTER SALA 07:00 a 22:55
SÁBADO	08:00 a 17:55
<b>Workout (ENTRENAMIENTO DEL DÍA)</b>	SALA FULL
LUNES A VIERNES	07:00 a 22:00
SÁBADO	08:00 a 17:55

### Deportes

<b>Basket Social</b>	
LUNES-MIÉRCOLES-VIERNES	POLIDEPORTIVO 21:00 a 22:00
MARTES Y JUEVES	20:00 a 21:00
<b>Volley social</b>	
LUNES-MIÉRCOLES-VIERNES	POLIDEPORTIVO 20:00 a 20:55
<b>Volley</b>	
MARTES Y JUEVES	POLIDEPORTIVO 09:00 a 10:30

HORARIOS PROVISORIOS SUJETO A MODIFICACIONES

### Fitness

<b>Aerolocal</b>	
LUNES-MIÉRCOLES-VIERNES	SALA OXÍGENO 09:05 a 10:00
LUNES-MIÉRCOLES-VIERNES	14:30 a 15:30
LUNES-MIÉRCOLES-VIERNES	18:05 a 18:55
MARTES Y JUEVES	09:00 a 09:55
<b>GAP</b>	
MARTES Y JUEVES	SALA OXÍGENO 18:00 a 18:55
<b>Zumba</b>	
LUNES Y MIÉRCOLES	SALA OXÍGENO 20:05 a 21:00
<b>Ritmos</b>	
MARTES Y JUEVES	SALA OXÍGENO 19:00 a 20:00
<b>Indoor Bike</b>	
LUNES A VIERNES	SALA INDOOR 08:10 a 09:00
LUNES A VIERNES	18:00 a 18:50
LUNES A VIERNES	19:05 a 19:55
LUNES A VIERNES	20:10 a 21:00
MARTES Y JUEVES	12:15 a 13:05
SÁBADO	11:10 a 12:00

### Deportes

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

### Wellness

<b>Correctiva</b>	
LUNES-MIÉRCOLES-VIERNES	SALA OXÍGENO 10:15 a 11:15
SÁBADO	11:05 a 12:00
	SALA VITALE
LUNES-MIÉRCOLES-VIERNES	21:10 a 22:00
MARTES Y JUEVES	19:05 a 20:00
<b>Integral</b>	
LUNES-MIÉRCOLES-VIERNES	SALA OXÍGENO 15:40 a 16:30
MARTES Y JUEVES	10:00 a 10:55
<b>Move &amp; Flex</b>	
MARTES Y JUEVES	SALA OXIGENO 15:40 a 16:30
<b>Yoga</b>	
LUNES-MIÉRCOLES-VIERNES	SALA OXÍGENO 08:00 a 08:55
	SALA VITALE
LUNES-MIÉRCOLES-VIERNES	19:00 a 20:00
<b>Tai Chi</b>	
LUNES Y MIÉRCOLES	SALA OXIGENO 17:00 a 17:55
<b>Pilates Mat</b>	
LUNES-MIÉRCOLES-VIERNES	SALA VITALE 09:00 a 10:00
LUNES-MIÉRCOLES-VIERNES	20:05 a 21:00
MARTES Y JUEVES	09:05 a 10:00
MARTES Y JUEVES	18:00 a 18:55
MARTES Y JUEVES	SALA OXÍGENO 14:30 a 15:30
SÁBADO	10:00 a 10:55
<b>Pilates Estudio *</b>	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 DE ENFOQUE!



O A TRAVÉS DE NUESTRA WEB: [enfoqueweb uy](http://enfoqueweb uy)