

HORARIOS CIUDAD DEPORTIVA - Jóvenes y Adultos

Tenis

Principiantes

Cancha 5
Lunes - miércoles - viernes 09:15 a 10:15
Lunes - miércoles - viernes 16:00 a 16:55
Lunes - miércoles - viernes 17:00 a 17:55
Martes y jueves 08:00 a 09:00

Cancha 6
Martes y jueves 20:15 a 21:05

Intermedio-Avanzado

Cancha 5
Martes y jueves 09:00 a 10:00

Cancha 6
Martes y jueves 21:10 a 22:00

Tenis Intermedio

Cancha 5
Lunes - miércoles - viernes 08:15 a 09:15
Lunes - miércoles - viernes 18:00 a 18:55
Martes y jueves 16:00 a 16:55

Tenis Avanzado

Cancha 5
Lunes - miércoles - viernes 07:15 a 08:15
Lunes - miércoles - viernes 19:00 a 19:55

Gimnasia Artística

Gimnasia Artística **Sala Naranja**
Lunes - miércoles - viernes 20:00 a 20:55

Karate

Karate Principiantes **Sala Azul**
Lunes - miércoles - viernes 18:00 a 18:55

Karate Intermedio-Avanzado **Sala Azul**
Lunes - miércoles - viernes 19:00 a 20:00

Tenis de Mesa

Tenis de Mesa **Sala Azul**
Martes y jueves 18:00 a 19:00
Martes y jueves 19:00 a 20:00

Fútbol

Fútbol **Cancha 7**
Lunes - miércoles - viernes **LIBRE** 08:15 a 09:15
Lunes - miércoles - viernes 20:00 a 21:00
Martes y jueves **+18 años** 20:00 a 21:00
Martes y jueves **FEMENINO** 19:00 a 20:00

Volley

Volley Principiantes-Intermedio **Cancha 6**
Lunes - miércoles - viernes 20:00 a 21:15

Volley Intermedio - Avanzado **Cancha 5**
Lunes - miércoles - viernes 20:00 a 21:15

Volley Enseñanza **Cancha 6**
Martes y jueves 17:00 a 17:45

Plantel Femenino B **Cancha 5**
Martes y jueves 18:30 a 19:45

Plantel Masculino B **Cancha 5**
Lunes - miércoles - viernes 21:15 a 22:30

Plantel Femenino A **Cancha 5**
Martes y jueves 19:45 a 21:15

Plantel Masculino A **Cancha 5**
Martes - miércoles - jueves 21:15 a 22:30

Handball

Handball Adultos femenino **Cancha 6**
Lunes y miércoles 21:15 a 22:30

UBICACIÓN: CENTRO DEPORTIVO

Handball Sub14 femenino **Polideportivo**
Lunes y miércoles 18:00 a 20:00
Viernes 18:00 a 19:00

Handball Sub14 masculino **Polideportivo**
Lunes y miércoles 17:00 a 19:00
Viernes 17:00 a 18:00

Handball Sub16 femenino **Polideportivo**
Lunes y miércoles 19:00 a 20:45
Viernes 19:00 a 20:00

Handball Sub16 masculino **Polideportivo**
Lunes y miércoles 16:00 a 18:00
Viernes 16:00 a 17:00

Handball Adultos masculino **Polideportivo**
Martes y jueves 21:00 a 22:30

Entrenamiento

Funcional

Sala Oasis
Lunes - miércoles - viernes 07:40 a 08:30
Lunes - miércoles - viernes 18:00 a 18:55
Martes y jueves 07:00 a 07:50
Martes y jueves 19:05 a 20:00

Power Funcional

Sala Oasis
Lunes - miércoles - viernes 06:40 a 07:30
Lunes - miércoles - viernes 19:05 a 20:00
Martes y jueves 08:00 a 08:50
Martes y jueves 18:00 a 18:55

Súper Hiit

Sala Oasis
Lunes - miércoles - viernes 20:00 a 20:30

Open Gym

Sala Oasis
Lunes a viernes 06:30 a 22:25
Sábado 08:00 a 17:55

Workout

Sala Oasis
Lunes a viernes 06:30 a 22:25
Sábado 08:00 a 17:55

Fitness

Aerolocal

Sala Verde
Lunes - miércoles - viernes 20:05 a 21:00
Martes y jueves 08:30 a 09:25

Súper Local

Sala Verde
Lunes - miércoles - viernes 08:30 a 09:25
Martes y jueves 17:45 a 18:40

GAP

Sala Verde
Lunes - miércoles - viernes 18:00 a 18:50
Martes y jueves 19:40 a 20:30
Sábado 10:05 a 11:00

Zumba

Sala Verde
Lunes - miércoles - viernes 19:00 a 20:00
Martes y jueves 18:45 a 19:40

Patín

Patín Adultos **Cancha 6**
Sábado 10:00 a 11:00

Wellness

Correctiva

Sala Blanca
Lunes - miércoles - viernes 19:05 a 20:00
Martes y jueves 09:30 a 10:25

Integral

Sala Verde
Lunes - miércoles - viernes 10:40 a 11:40
Martes y jueves 16:00 a 17:00

Yoga

Sala Blanca
Martes y jueves 10:30 a 11:30
Martes y jueves 19:45 a 20:45
Sábado 09:00 a 09:55

Tai Chi

Sala Blanca
Viernes 16:30 a 17:30
Sábado 10:00 a 11:00

Pilates Mat

Sala Blanca
Lunes - miércoles - viernes 09:35 a 10:30
Lunes - miércoles - viernes 18:00 a 18:55
Lunes - miércoles - viernes 20:05 a 21:00
Martes y jueves 18:45 a 19:40

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 y miércoles 17:15 a 18:15
Lunes - miércoles - viernes 18:30 a 19:30
Lunes y miércoles 19:45 a 20:45
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

Telas

Telas Adultos

Sala Naranja
Martes y jueves 20:15 a 21:15
Sábado 11:00 a 12:00