

# Actividades para socios de CIUDAD DEPORTIVA disponibles en CENTRO DEPORTIVO - Jóvenes y adultos

## Piscina

<b>Hidrosoft + 50 años</b>	<b>Piscina</b>
Sábado	14:30 a 15:15
<b>Hidrogym +50 años</b>	<b>Piscina</b>
Sábado	08:45 a 09:30
<b>Piscina Libre +50 años</b>	<b>Piscina</b>
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

<b>Handball Sub14 femenino</b>	<b>Polideportivo</b>
Lunes y miércoles	18:00 a 20:00
Viernes	18:00 a 19:00
<b>Handball Sub14 masculino</b>	<b>Polideportivo</b>
Lunes y miércoles	17:00 a 19:00
Viernes	17:00 a 18:00
<b>Handball Sub16 femenino</b>	<b>Polideportivo</b>
Lunes y miércoles	19:00 a 20:45
Viernes	19:00 a 20:00
<b>Handball Sub16 masculino</b>	<b>Polideportivo</b>
Lunes y miércoles	16:00 a 18:00
Viernes	16:00 a 17:00
<b>Handball Adultos masculino</b>	<b>Polideportivo</b>
Martes y jueves	21:00 a 22:30

## Volley

<b>Volley Social</b>	<b>Polideportivo</b>
Lunes - miércoles - viernes	20:00 a 20:55

## Basket

<b>Basket Social</b>	<b>Polideportivo</b>
Lunes - miércoles - viernes	21:00 a 22:00
Martes y jueves	20:00 a 21:00

## Entrenamiento

<b>Funcional</b>	<b>Cancha sintético</b>
Lunes - miércoles - viernes	12:30 a 13:30
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>	<b>Cancha sintético</b>
Lunes - miércoles - viernes	08:45 a 09:40
<b>Fit woman</b>	<b>Sala Oxígeno</b>
Lunes - miércoles - viernes	19:05 a 20:00
Martes y jueves	20:05 a 21:00
<b>Box Training</b>	<b>Espacio box</b>
Lunes - miércoles - viernes	20:05 a 21:00
Martes y jueves	18:45 a 19:45

## Fitness

<b>Aerolocal</b>	<b>Sala Oxígeno</b>
Lunes - miércoles - viernes	18:05 a 19:00
<b>Zumba</b>	<b>Sala Oxígeno</b>
Lunes y miércoles	20:05 a 21:00
<b>Ritmos</b>	<b>Sala Oxígeno</b>
Martes y jueves	19:00 a 20:00
<b>Indoor Bike</b>	<b>Sala Indoor</b>
Lunes a viernes	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

## Wellness

<b>Correctiva</b>	<b>Sala Oxígeno</b>
Sábado	11:05 a 12:00
<b>Integral</b>	<b>Sala Oxígeno</b>
Lunes - miércoles - viernes	15:40 a 16:30
<b>Move &amp; Flex</b>	<b>Sala Oxígeno</b>
Martes y jueves	15:40 a 16:30
<b>Yoga</b>	<b>Sala Oxígeno</b>
Lunes - miércoles - viernes	08:00 a 08:55
<b>Tai Chi</b>	<b>Sala Oxígeno</b>
Lunes y miércoles	17:00 a 17:55
<b>Pilates Mat</b>	<b>Sala Vitale</b>
Martes y jueves	09:05 a 10:00
	<b>Sala Oxígeno</b>
Martes y jueves	14:30 a 15:30
Sábado	10:00 a 10:55
<b>Pilates Estudio</b>	<b>Sala Pilates Estudio</b>
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

**RECUERDA QUE PARA REALIZAR LAS ACTIVIDADES  
ES IMPRESCINDIBLE RESERVAR LAS CLASES  
EN NUESTRA APLICACIÓN**

**ENFOQUE**  
APP



**HORARIOS PROVISORIOS  
SUJETOS A MODIFICACIONES**