Concejalía de Deportes
Aranda de Duero

Sima DEPORTE Y OCIO

AYUNTAMIENTO ARANDA de DUERO

ANEXO II PROGRAMA DE DETALLE OFERTA DE ACTIVIDADES SALA

HORA	LUNES		MARTES		MIÉRCOLES		JUEVES		VIERNES		HORA
	SALA POLIVALENTE	GYM-SALA CICLO	SALA POLIVALENTE	GYM-SALA CICLO	SALA POLIVALENTE	GYM-SALA CICLO	SALA POLIVALENTE	GYM-SALA CICLO	SALA POLIVALENTE	GYM-SALA CICLO	
8:00											8:00
9:00		9:00h MONITOR SALA		9:00h MONITOR SALA		9:00h MONITOR SALA		9:00h MONITOR SALA		9:00h MONITOR SALA	9:00
10:00		MONITOR SALA		MONITOR SALA		MONITOR SALA		MONITOR SALA		MONITOR SALA	10:00
11:00		MONITOR SALA	PSICOMOTRICIDAD M 11:10-12:10	CICLO M 11:10-12:10	HIIT EXPRESS X 11:25-11:55H	MONITOR SALA		MONITOR SALA		MONITOR SALA	11:00
12:00		MONITOR SALA 13:00h		MONITOR SALA 13:00h		MONITOR SALA 13:00h	HIIT EXPRESS X 11:25-11:55H	MONITOR SALA 13:00h		MONITOR SALA 13:00h	12:00
13:00											13:00
14:00											14:00
15:00											15:00
16:00											16:00
17:00		17:00h MONITOR SALA		17:00h MONITOR SALA		17:00h MONITOR SALA		17:00h MONITOR SALA		17:00h MONITOR SALA	17:00
18:00	HIT - TABATA L y X 18:00h	MONITOR SALA	PSICOMOTRICIDAD M y J 18:00h	MONITOR SALA	HIT - TABATA L y X 18:00h	MONITOR SALA	PSICOMOTRICIDAD M y J 18:00h	MONITOR SALA		MONITOR SALA	18:00
19:00	GIM. MANTENIMIENTO L y X 19:00h	MONITOR SALA	ENTRENAM. FUNCIONAL M y J 19:00h	MONITOR SALA	GIM. MANTENIMIENTO L y X 19:00h	MONITOR SALA	ENTRENAM. FUNCIONAL M y J 19:00h	MONITOR SALA		MONITOR SALA	19:00
20:00	CICLO L y X 20:00h	MONITOR SALA	TBC FITNESS M y J 20:00h	MONITOR SALA	CICLO L y X 20:00h	MONITOR SALA	TBC FITNESS M y J 20:00h	MONITOR SALA		MONITOR SALA	20:00
21:00		MONITOR SALA 22:00h		MONITOR SALA 22:00h		MONITOR SALA 22:00h		MONITOR SALA 22:00h		MONITOR SALA 22:00h	21:00
22:00											22:00