

### LUNES, MIÉRCOLES Y VIERNES

09.00 a 19.00	<b>Iniciación a sala</b>
09.00 a 10.00	<b>Pilates + cycling</b>
09.45 a 10.30	<b>Natación (12 años)</b>
10.45 a 11.30	<b>Gimnasia (12 años)</b>
10.45 a 11.30	<b>Vóley</b>
11.30 a 12.15	<b>Básquet</b>
12.00 a 12.45	<b>Natación</b>
12.30 a 13.15	<b>Básquet tiro</b>
12.45 a 13.30	<b>Piscina libre para nado guiado</b>
13.15 a 14.00	<b>Básquet</b>
13.15 a 14.00	<b>Gimnasia y deportes (12 años)</b>
13.30 a 14.15	<b>Piscina libre para nado guiado</b>
14.00 a 14.45	<b>Básquet (12 años)</b>
14.15 a 15.00	<b>Natación</b>
14.45 a 15.30	<b>Voley (12 años)</b>
15.00 a 15.45	<b>Entrenamiento local</b>
15.15 a 16.15	<b>Fisioterapeuta en sala</b>
15.30 a 16.15	<b>Tenis (12 años)</b>
15.30 a 16.15	<b>Gimnasia y deportes</b>
16.15 a 17.00	<b>Voley</b>
17.00 a 17.45	<b>Básquet</b>
17.00 a 17.45	<b>Local + cycling</b>
17.15 a 18.00	<b>Ciclismo indoor</b>
17.30 a 18.10	<b>Natación</b>
18.15 a 19.00	<b>Ciclismo indoor</b>
18.15 a 19.00	<b>Tenis</b>
18.30 a 19.15	<b>Gimnasia y deportes</b>
18.30 a 19.10	<b>Tenis</b>
19.15 a 20.00	<b>Fútbol</b>
19.30 a 20.15	<b>Natación</b>

### MARTES Y JUEVES

07.00 a 08.00	<b>Gimnasia localizada</b>
08.15 a 09.00	<b>Pilates</b>
09.00 a 19.00	<b>Iniciación a sala</b>
12.15 a 13.00	<b>Tiro básquet</b>
15.00 a 15.45	<b>Fútbol</b>
15.45 a 16.30	<b>Tenis</b>
16.00 a 16.45	<b>Natación</b>
17.30 a 18.10	<b>Tenis principiante</b>
17.30 a 18.15	<b>Ciclismo indoor</b>
17.45 a 18.30	<b>Fútbol</b>
18.15 a 19.00	<b>Tenis avanzado</b>
18.15 a 19.00	<b>Natación</b>
18.45 a 19.30	<b>Voley</b>

### SÁBADOS

09.00 a 13.00	<b>Iniciación a sala</b>
11.15 a 12.00	<b>Básquet</b>
11.30 a 12.15	<b>Fútbol</b>
12.15 a 13.00	<b>Natación</b>
15.00 a 18.00	<b>Básquet tiro</b>

# 12 A 14 AÑOS

- \* Enganches sugeridos por color.
- \* Es necesario hacer reserva web para cada actividad y asistir al club con carné de socio.
- \* Las actividades consecutivas contemplan traslados dentro del club.
- \* Si la primera actividad a realizar no es de piscina, se debe llegar al club 15 minutos antes del inicio.
- \* Si la primera actividad a realizar es piscina es necesario llegar al club con 30 minutos de anticipación.
- \* La salida del club debe ser hasta 15 minutos después de terminada la última actividad.
- \* Pueden asistir a actividades de piscina máximo 1 vez por día.

 Se suspende por lluvia

 Asistir con gorro de sol

# PLAN VERANO

