

FITNESS CLUB SENSEI TORRE DEL MAR

HORARIO APERTURA: DE LUNES A VIERNES DE 8 A 23 HORAS. **SABADOS DE 10 A 14 HORAS.**

INICIO	FINAL	S	LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES	SABA
8.00	8.30		BODY STEP BODY PUMP		BODY STEP BODY PUMP		BODY STEP BODY PUMP	10:00 A 14:00
8.30	9.00							
9.00	10.00			FULL CONTACT		FULL CONTACT		
9.15	10.10		PILATES		PILATES		PILATES	HIP- HOP 12:30
9.30	10.15		BODY STEP		BODY STEP		BODY STEP	
10.15	11.15		BODY PUMP		BODY PUMP		BODY PUMP	
10.30	11.15			BODY STEP		BODY STEP		
14.10	15.00		BODY PUMP				BODY PUMP	

16.00	16.30		BODY PUMP BODY STEP		BODY PUMP BODY STEP		BODY PUMP BODY STEP	
16.30	17.00							
17.00	18.00		PILATES		PILATES		PILATES	
17.00	18.00		TKD INFANTIL	PRE-TAEKWONDO	TKD INFANTIL	PRE-TAEKWONDO	TKD INFANTIL	
18.00	19.00		TKD JUVENIL	FULL CONTACT	TKD JUVENIL	FULL CONTACT	TKD JUVENIL	
18.00	19.00		YOGA	BODYBALANCE	YOGA	BODY BALANCE	YOGA	
19.00	20.00		TECNIFICACION	BODY JAM	TECNIFICACION	BODY JAM	TECNIFICACION	
19.30	20.30		BODY PUMP	PILATES 19.00 HS.	BODY PUMP	PILATES 19.00 H	BODY PUMP	
20.00	21.00		TKD ADULTO	BODY COMBAT	TKD ADULTO	BODYCOMBAT	TKD ADULTO	
20.00	21.00			FULL-CONTACT		FULL CONTACT		
20.30	21.00		BODY STEP		BODYATAACK		BODYJAM	
21.00	21.30		BODYATAACK		BODY STEP			
21.00	22.00			PILATES		PILATES		
21.30	22.15		BODY PUMP		BODY PUMP		BODY PUMP	
21.00	22.00		KICK BOXING	BODY PUMP	KICK BOXING	BODY PUMP	KICK BOXING	

INICIO	FINAL	S	LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES	SABA	
8.00	9.00	P	LIBRE	LIBRE	LIBRE	LIBRE	LIBRE		
9.00	9.45	P	TERAPEUTICA	LIBRE	TERAPEUTICA	LIBRE	TERAPEUTICA		
9.45	10.30	P	TERAPEUTICA	LIBRE	TERAPEUTICA	LIBRE	TERAPEUTICA	10:00 A 13:30 LIBRE	
10.30	11.15	P	TERAPEUTICA	TERAPEUTICA	TERAPEUTICA	TERAPEUTICA	TERAPEUTICA		
11.15	12.00	P	TERAPEUTICA	11:00 A 11:45	TERAPEUTICA	11:00 A 11:45	TERAPEUTICA		
12.00	13.30	P	LIBRE						
13.30	14.00		LIMPIEZA Y MANTENIMIENTO						
14.00	16.00	P	LIBRE						
16.00	16.45	P	CHAPOTEO	NIÑOS	CHAPOTEO	NIÑOS	CHAPOTEO		
16.45	17.30	P	NIÑOS	CHAPOTEO	NIÑOS	CHAPOTEO	NIÑOS		
17.30	18.15	P	NIÑOS	17:00 A 17:45	NIÑOS	17:00 A 17:45	NIÑOS		
18.15	19.00	P	NIÑOS	BEBES 17:45	NIÑOS	BEBES 17:45	NIÑOS		
19.00	19.45	P	TERAPEUTICA	BEBES 18:30	TERAPEUTICA	BEBES 18:30	TERAPEUTICA		
19.45	20.30	P	TERAPEUTICA	TERAPEUTICA 19:15 A 20:00	TERAPEUTICA	TERAPEUTICA 19:15 A 20:00	TERAPEUTICA		
20.30	21.15	P	AGUAGYM	TERAPEUTICA 20:00 A 20:45	AGUAGYM	TERAPEUTICA 20:00 A 20:45	AGUAGYM		
21.15	22.00	P	LIBRE	LIBRE	LIBRE	LIBRE	LIBRE		

HORARIO CICLO INDOOR

	LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES	SABADO
9:00		CICLO INDOOR		CICLO INDOOR		CICLO INDOOR 10:30
9:45		CICLO INDOOR		CICLO INDOOR		
14:10			CICLO INDOOR			
19:00	CICLO INDOOR		CICLO INDOOR		CICLO INDOOR	
20:00	CICLO INDOOR	CICLO INDOOR	CICLO INDOOR	CICLO INDOOR		
20:30					CICLO INDOOR	
20:45	CICLO INDOOR		CICLO INDOOR			
21:00		CICLO INDOOR		CICLO INDOOR		

C/RIOJA N° 67 TORRE DEL MAR (29740) TLF. 952545375 www.clubsensei.com

VISITA NUESTRO BLOG: <http://clubsensei.blogspot.com>