GIMNAS OLIMPIC

SALA AEROBIC SEPTIEMBRE 2009						
	LUNES	**MARTES**	**MIERCOLES**	**JUEVES**	**VIERNES**	**SABADO**
7:00	A.F.G.	BODY PUMP		BODY PUMP		
7:45	G.A.P.		A.F.G.		BALANCE	
9:30	A.F.G.		BODY PUMP		G.A.P.	
10:30						
14:30	STEP	G.A.P.	BODY PUMP	AEROBIC	STEP	
15:30	A.F.G.	BODY PUMP	STEP I	G.A.P.		
17:15	BODY PUMP	G.A.P.	BODY PUMP	STEP I	A.F.G.	
18:15	ABD / STEP	A.F.G.	A.F.G.	BODY PUMP	CK BOX	
19:15	A.F.G.	STEP	AERÓBIC	BALANCE	BODY PUMP	
20:15	RITMOS	BODY PUMP	ABD & CKB	STEP	ABD 30'	
SALA SPINNING						
	LUNES	**MARTES**	**MIÉRCOLES**	**JUEVES**	**VIERNES**	**SABADO**
RECUERDA RESERVAR TU BICICLETA EN RECEPCIÓN!!!!!						
7:00			SPINNING		SPINNING	
9:30		SPINNING		SPINNING		
10:30						SPINNING
14:15	SPINNING	SPINNING	SPINNING	SPINNING	SPINNING	
18:30			SPINNING		SPINNING	
19:00	SPINNING	SPINNING		SPINNING		
19:30			SPINNING		SPINNING	
20:00	SPINNING	SPINNING		SPINNING		
20:30			SPINNING			
21:00	SPINNING					
TATAMI CON SUPLEMENTO						
	LUNES	**MARTES**	**MIÉRCOLES**	**JUEVES**	**VIERNES**	**SABADO**
7:30						
8:30		PILATES		PILATES		
9:30		PILATES		PILATES		
11:30						KARATE
14:30		PILATES		PILATES		
15:30		PILATES		PILATES		
16:30						
17:30		PILATES		PILATES		
18:00	Judo Infantil		Judo Infantil		Judo Infantil	
18:30		PILATES		PILATES		
19:00	Judo Juvenil		Judo Juvenil		Judo Juvenil	
19:30						
20:00	Judo Adultos		Judo Adultos		Judo Adultos	
20:30		KARATE		KARATE		

ACTIVIDADES EXTRAS		**PRECIOS**		
Suplemento Activ.	25		**socios**	**No socios**
Pilates	50	1 Día	7	12
Judo adulto	45	1semana	17	25
Judo infantil	45	1 mes	46	
Judo juvenil	45	3 meses	112	
KARATE	45	6 meses	195	
		1 año	350	
		Matrícula	25	
		Tarjeta	6	

De Lunes a Viernes de **7:00** a **22:30**. Sábados de **8:30** a **13:30**

Sauna gratuita **Jueves** y **Viernes**

C/ Reina Maria Cristina, 10, Tel.: 971 75 39 09

www.gimnasolimpic.com