

SPORTING CLUB DE TENIS
ACTIVIDADES DIRIGIDAS 2024



	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
09:00 – 10:00	Pilates LAURA	Body Power DANIEL	Pilates DANIEL	Body Power CAMILA	Pilates DIMITRY
10:00 – 11:00	Body Power LAURA	Pilates DANIEL	GAP DANIEL	Pilates CAMILA	Fitness DIMITRY

14:30 – 15:30	FITNESS FRANCO	CICLO INDOOR C. CALLEJA	BODY POWER CAMILA	BALANCE DIMITRY	STEP DANIEL	Pilates ANGELA
15:30-16:30		Body Power CALLEJA		BODY POWER DIMITRI		

17:30 – 18:30	Pilates LAURA		BODY POWER DANIEL		Body Power DANIEL		GAP DANIEL		Fitness CAMILA
18:30 – 19:30	Body Power LAURA	FITNESS CAMILA	CICLO INDOOR C. CALLEJA	Fat Burn DANIEL	Cubbá DANIEL	Cross Training (Exterior Patio Inglés) DIMITRI	Body Power DANIEL	CICLO INDOOR CALLEJA	Body Power CAMILA
19:30 – 20:30	Cross Training (Exterior Patio Inglés) CAMILA	YOGA DIANA	CICLO INDOOR C. CALLEJA	GAP DANIEL	YOGA DIANA	BALANCE DIMITRI	FITNESS DANIEL	CICLO INDOOR CALLEJA	
20:30 – 21:30	Yoga DIANA		Pilates DANIEL		Yoga DIANA		Pilates DANIEL		

	Sábado		Domingo	
10:00 – 11:00	Fitness CAMILA	PILATES DANIEL	GAP DANIEL	Body Power FRANCO
11:00 – 12:00	Body Power CAMILA	Cubbá DANIEL	FITNESS DANIEL	Cubbá FRANCO
12:00 – 13:00	PILATES DANIEL		PILATES DANIEL	Body Power FRANCO

*Todos los socios tendrán a su disposición 8 horas mensuales gratuitas de clases dirigidas.

*Precio 3ª clase y sucesivas: 3€ (a partir de las 8 horas mensuales)

*Reservas: desde las 21:45h y dos días de antelación a la clase escogida, en la recepción del Sporting, bien de manera presencial, por teléfono (96.337.26.25) o vía informática a través de la web o aplicación del club.