

SPORTING CLUB DE TENIS
ACTIVIDADES DIRIGIDAS 2023



	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
09:00 – 10:00	Pilates ALEJANDRO	Body Power MARIA	Pilates MARIA	Body Power ALEJANDRO	Pilates CARLOS
10:00 – 11:00	Body Power ALEJANDRO	Pilates MARIA	GAP MARIA	Pilates ALEJANDRO	Fitness CARLOS

14:30 – 15:30	FITNESS CARLOS	CICLO INDOOR C. CALLEJA	BODY POWER CARLOS	Fitness CARLOS	Cubbá FRANCO	Pilates
15:30-16:30			BODY POWER CARLOS			

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

	Sábado	Domingo		
10:00 – 11:00	Fitness CARLOS	PILATES DANIEL	Body Power CARLOS	GAP (Exterior Patio Inglés) DANIEL
11:00 – 12:00	Body Power CARLOS	Cubbá DANIEL	Pilates CARLOS	Body Power DANIEL
12:00 – 13:00	PILATES CARLOS		Fitness CARLOS	Cubbá DANIEL

*Todos los socios tendrán a su disposición 2 horas semanales gratuitas de clases dirigidas.

*Precio 3ª clase y sucesivas: 2,50€

*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.

*Los socios disponen de la posibilidad de adquirir un bono mensual de clases dirigidas ilimitadas por 12€/mes.