

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	Yoga MARIA	Pilates ALEJANDRO	Fitness CARLOS

	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	

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

17:30 – 18:30	Pilates CARLOS		BODYCOMBAT CARLOS		Body Power VIANNA		GAP (Exterior Patio Inglés) CARLOS		Fitness CARLOS
18:30 – 19:30	Body Power CARLOS		FITNESS CARLOS	CICLO INDOOR C. CALLEJA	Cubbá VIANNA	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	Pilates CARLOS	CICLO INDOOR C. CALLEJA	GAP (Exterior Patio Inglés) VIANNA	CICLO INDOOR CARLOS	FITNESS CARLOS	CICLO INDOOR CALLEJA	GAP (Exterior Patio Inglés) CARLOS
20:30 – 21:30	Yoga DIANA		GAP (Exterior Patio Inglés) CARLOS		Yoga DIANA		Pilates CARLOS		Yoga FRANCISCO

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

*Precio 3ª clase y sucesivas: 2,50€

*Reservas: desde las 22:00h 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.