

PROGRAMA CLASES COLECTIVAS AGOSTO

LUNES

INICIO	FIN	CLASE	PROF.	SALA	INT	DIF
10:00	10:50	WORKOUT	FRAN	1	▼▼▼	*
11:00	11:50	ELASTIC	ALEC	1	▼▼	*
20:00	20:50	HIIT	JOSÉ	GYM	▼▼▼▼	*

MARTES

INICIO	FIN	CLASE	PROF.	SALA	INT	DIF
10:00	10:50	MANTENIMIENTO	CARMEN	1	▼	*
11:00	11:50	GAP	OMAR	1	▼▼▼	*
19:00	19:50	BOOTCAMP	ALEJANDRO	GYM	▼▼▼	*

MIÉRCOLES

INICIO	FIN	CLASE	PROF.	SALA	INT	DIF
10:00	10:50	FITNESS	ALEJANDRO	1	▼▼	*
11:00	11:50	CUIDA TU ESPALDA	ALEC	1	▼▼	*
20:00	20:50	HIIT	JOSÉ	GYM	▼▼▼▼	*

JUEVES

INICIO	FIN	CLASE	PROF.	SALA	INT	DIF
10:00	10:50	MANTENIMIENTO	ALEC	1	▼	*
11:00	11:50	BALANCE	FRAN	1	▼▼	**
19:00	19:50	BOOTCAMP	ALEJANDRO	GYM	▼▼▼	*

VIERNES

INICIO	FIN	CLASE	PROF.	SALA	INT	DIF
10:00	10:50	FITNESS	ALEC	1	▼▼	*
11:00	11:50	GAP	ÁNGEL	1	▼▼	*

SÁBADO

INICIO	FIN	CLASE	PROF.	SALA	INT	DIF
11:00	11:50	WORKOUT	FRAN	1	▼▼▼	*
12:00	12:50	ELASTIC	FRAN	1	▼▼	*

DESCARGA AQUÍ EL HORARIO

CLASES PRESENCIALES + ONLINE

Intensidad ▼ Baja | ▼▼ Media | ▼▼▼ Alta | ▼▼▼▼ Muy Alta

Dificultad * Baja | ** Media | *** Alta | **** Muy Alta

#: La bicicleta permite regular el nivel de carga a las capacidades de los participantes.

Sala 1 y Pilates : Están situadas debajo de la pista central de tenis. Sala GYM y CY: Están situadas en la zona de Piscinas.
Hoc: Pabellón cubierto de hockey.

**TODAS LAS CLASES SE PUEDEN IMPARTIR AL AIRE LIBRE
(SI EL TIEMPO LO PERMITE Y EL PROFESOR/A LO CONSIDERA OPORTUNO)**

INFORMACIÓN GENERAL:

- Es obligatoria la reserva de plaza para poder asistir a clase, llamando por teléfono al 91 550 20 36 o presencialmente en el gimnasio.
- Se prohíbe el uso de teléfonos móviles durante el desarrollo de las sesiones.
- Los profesores del gimnasio Club de Campo Villa de Madrid están debidamente titulados y son expertos en las actividades que imparten.
- Se prohíbe el acceso a las clases una vez transcurridos 5 minutos desde el inicio de la misma, salvo con autorización expresa del profesor/a.



Club de Campo
Villa de Madrid

WWW.CCVM.ES