

TEAM EQUILIBRA-T HORARIO DE CLASES COLECTIVAS

	LUNES			MARTES			MIÉRCOLES			JUEVES			VIERNES			SABADO/DOMINGO		
	SALA1	TATAMI	S.CICLO	SALA1	TATAMI	S.CICLO	SALA1	TATAMI	S.CICLO	SALA1	TATAMI	S.CICLO	SALA1	TATAMI	S.CICLO	SALA1	S.CICLO	
8:30																		8:30
11:30				KICK BOXEO 11:30 12:30						KICK BOXEO 11:30 12:30			KICK BOXEO 11:30 12:30					11:30
12:30																		12:00
13:00																		
13:30																		
14:00																		
14:30																		
15:00																		
15:30																		
16:00																		
17:00				KICK ROSA 17:00 18:00			KICK INFNTIL 17:00 18:00			KICK ROSA 17:00 18:00			KICK INFNTIL 17:00 18:00					17:00
17:30																		17:30
18:00	KICK BOXING 18:00 19:00			KICK ROSA 18:00 19:00			KICK BOXING 18:00 19:00			KICK ROSA 18:00 19:00			KICK BOXING 18:00 19:00					18:00
19:00		KARATE INFNTIL 18:30 19:30		JUDO 18:30 19:30			KARATE INFNTIL 18:30 19:30			JUDO 18:30 19:30			KARATE INFNTIL 18:30 19:30					19:00
19:30				KICK BOXING 19:00 20:00						KICK BOXING 19:00 20:00								
		KARATE ADULTO 19:30 20:30		BOXEO NUEVOS 19:30 20:30			KARATE ADULTO 19:30 20:30			BOXEO NUEVOS 19:30 20:30			KARATE ADULTO 19:30 20:30					
20:00				BOXEO 20:00 21:00			KICK BOXING 20:00 21:00			BOXEO 20:00 21:00			BOXEO 20:00 21:00					20:00
20:30	CURSO SALSA 20:30 21:30																	20:30
21:00																		21:00
21:30	CURSO BACHATA 21:30 22:30																	21:30
22:00																		22:00
22:30																		22:30

CUERPO Y MENTE

1 H CLASE ESPECIFICA

DEFINICION Y

TONO MUSCULAR

CICLO INDOOR

CLASES COMBINADAS



INTENSIDAD BAJA

INTENSIDAD MEDIA

INTENSIDAD ALTA