









HORARIO	LUNES				MARTES				MIÉRCOLES				JUEVES				VIERNES				SABADO		DOMINGO			
	FRONTON	BOX FRONTON	GINNASIO	SALA CICLO	FRONTON	TATAMI FRONTON	GINNASIO	SALA CICLO	S.ACTIVIDADES	BOX FRONTON	GINNASIO	SALA CICLO	S.ACTIVIDADES	TATAMI FRONTON	GINNASIO	SALA CICLO	S.ACTIVIDADES	BOX FRONTON	GINNASIO	SALA CICLO	S.ACTIVIDADES	SALA CICLO	S.ACTIVIDADES	SALA CICLO		
8:15			ENT. F. EXPRESS 08:15 - 08:45 MONITOR SALA	VIRTUAL CICLO 08:15-09:00			ENT. F. EXPRESS 08:15 - 08:45 MONITOR SALA	VIRTUAL CICLO 08:15-09:00			ENT. F. EXPRESS 08:15 - 08:45 MONITOR SALA	VIRTUAL CICLO 08:15-09:00			ENT. F. EXPRESS 08:15 - 08:45 MONITOR SALA	VIRTUAL CICLO 08:15-09:00			ENT. F. EXPRESS 08:15 - 08:45 MONITOR SALA	VIRTUAL CICLO 08:15-09:00						
9:00				VIRTUAL CICLO 09:00-10:00			VIRTUAL CICLO 09:00-10:00				VIRTUAL CICLO 09:00-10:00				VIRTUAL CICLO 09:00-10:00				VIRTUAL CICLO 09:00-10:00							
10:00	PILATES CONCHA 10:00-11:00			VIRTUAL CICLO 10:00-11:00			VIRTUAL CICLO 10:00-11:00	GAP CONCHA 10:00 - 11:00			VIRTUAL CICLO 10:00-11:00	BODY TONO CONCHA 10:00-11:00			ENT. F. EXPRESS 10:00 - 10:30 MONITOR SALA	VIRTUAL CICLO 10:00-11:00			VIRTUAL CICLO 10:00 - 11:00			VIRTUAL CICLO 10:00 - 11:00	ENT. F. EXPRESS 10:00 - 10:30 MONITOR SALA	VIRTUAL CICLO 10:00 - 11:00		
11:00			ENT. F. EXPRESS 11:00 - 11:30 MONITOR SALA	VIRTUAL CICLO 11:00-12:00			ENT. F. EXPRESS 11:00 - 11:30 MONITOR SALA	VIRTUAL CICLO 11:00-12:00			ENT. F. EXPRESS 11:00 - 11:30 MONITOR SALA	VIRTUAL CICLO 11:00-12:00			ENT. F. EXPRESS 11:00 - 11:30 MONITOR SALA	VIRTUAL CICLO 11:00-12:00			ENT. F. EXPRESS 11:00 - 11:30 MONITOR SALA	VIRTUAL CICLO 11:00-12:00		ENT. F. EXPRESS 11:00 - 11:30 MONITOR SALA	VIRTUAL CICLO 11:00 - 11:30 MONITOR SALA	ENT. F. EXPRESS 11:00 - 11:30 MONITOR SALA	VIRTUAL CICLO 11:00-12:00	
12:00			ENT. F. EXPRESS 12:00 - 12:30 MONITOR SALA	VIRTUAL CICLO 12:00-13:00			ENT. F. EXPRESS 12:00 - 12:30 MONITOR SALA	VIRTUAL CICLO 12:00-13:00			ENT. F. EXPRESS 12:00 - 12:30 MONITOR SALA	VIRTUAL CICLO 12:00-13:00			ENT. F. EXPRESS 12:00 - 12:30 MONITOR SALA	VIRTUAL CICLO 12:00-13:00			ENT. F. EXPRESS 12:00 - 12:30 MONITOR SALA	VIRTUAL CICLO 12:00-13:00		ENT. F. EXPRESS 12:00 - 12:30 MONITOR SALA	VIRTUAL CICLO 12:00-13:00	ENT. F. EXPRESS 12:00 - 12:30 MONITOR SALA	VIRTUAL CICLO 12:00-13:00	
13:00			ENT. F. EXPRESS 13:00 - 13:30 MONITOR SALA	VIRTUAL CICLO 13:00-14:00			ENT. F. EXPRESS 13:00 - 13:30 MONITOR SALA	VIRTUAL CICLO 13:00-14:00			ENT. F. EXPRESS 13:00 - 13:30 MONITOR SALA	VIRTUAL CICLO 13:00-14:00			ENT. F. EXPRESS 13:00 - 13:30 MONITOR SALA	VIRTUAL CICLO 13:00-14:00			ENT. F. EXPRESS 13:00 - 13:30 MONITOR SALA	VIRTUAL CICLO 13:00-14:00		ENT. F. EXPRESS 13:00 - 13:30 MONITOR SALA	VIRTUAL CICLO 13:00-14:00	ENT. F. EXPRESS 13:00 - 13:30 MONITOR SALA	VIRTUAL CICLO 13:00-14:00	
14:00	  La Planilla				 @LaPlanillaCpm				 941 13 10 38				 www.laplanilla.es				 Calahorra									
15:00			ENT. F. EXPRESS 15:30 - 16:00 MONITOR SALA	VIRTUAL CICLO 15:30-16:30			ENT. F. EXPRESS 15:30 - 16:00 MONITOR SALA	VIRTUAL CICLO 15:30-16:30			ENT. F. EXPRESS 15:30 - 16:00 MONITOR SALA	VIRTUAL CICLO 15:30-16:30			ENT. F. EXPRESS 15:30 - 16:00 MONITOR SALA	VIRTUAL CICLO 15:30-16:30			ENT. F. EXPRESS 15:30 - 16:00 MONITOR SALA	VIRTUAL CICLO 15:30-16:30						
16:00																				ENT. F. EXPRESS 16:00 - 16:30 MONITOR SALA	VIRTUAL CICLO 16:00-17:00					
17:00			ENT. F. EXPRESS 17:00 - 17:30 MONITOR SALA	VIRTUAL CICLO 17:00-18:00			ENT. F. EXPRESS 17:00 - 17:30 MONITOR SALA	VIRTUAL CICLO 17:00-18:00			ENT. F. EXPRESS 17:00 - 17:30 MONITOR SALA	VIRTUAL CICLO 17:00-18:00			ENT. F. EXPRESS 17:00 - 17:30 MONITOR SALA	VIRTUAL CICLO 17:00-18:00			ENT. F. EXPRESS 17:00 - 17:30 MONITOR SALA	VIRTUAL CICLO 17:00-18:00		ENT. F. EXPRESS 17:00 - 17:30 MONITOR SALA	VIRTUAL CICLO 17:00-18:00	ENT. F. EXPRESS 17:00 - 17:30 MONITOR SALA	VIRTUAL CICLO 17:00-18:00	
18:00				VIRTUAL CICLO 18:00-19:00			VIRTUAL CICLO 18:00-19:00				VIRTUAL CICLO 18:00-19:00				ENT. F. EXPRESS 18:00 - 18:30 MONITOR SALA	VIRTUAL CICLO 18:00-19:00			ENT. F. EXPRESS 18:00 - 18:30 MONITOR SALA	VIRTUAL CICLO 18:00-19:00		ENT. F. EXPRESS 18:00 - 18:30 MONITOR SALA	VIRTUAL CICLO 18:00-19:00	ENT. F. EXPRESS 18:00 - 18:30 MONITOR SALA	VIRTUAL CICLO 18:00-19:00	
19:00	BODY TONO CONCHA 19:00-20:00			CICLO INDOOR FERNANDO 19:00-19:45	GAP CONCHA 19:00-20:00		VIRTUAL CICLO 19:00-20:00	BODY TONO CONCHA 19:00-20:00			VIRTUAL CICLO 19:00-20:00	CICLO INDOOR FERNANDO 19:00-19:45	GAP CONCHA 19:00-20:00		ENT. F. EXPRESS 19:00 - 19:30 MONITOR SALA	VIRTUAL CICLO 19:00-20:00			ENT. F. EXPRESS 19:00 - 19:30 MONITOR SALA	VIRTUAL CICLO 19:00-20:00						
20:00	PILATES CONCHA 20:00-21:00				ZUMBA IRENE 20:00-21:00		CICLO INDOOR CONCHA 20:00-20:45	PILATES CONCHA 20:00-21:00			CICLO INDOOR CONCHA 20:00-21:00	ZUMBA IRENE 20:00-21:00			ENT. F. EXPRESS 20:00 - 20:30 MONITOR SALA	VIRTUAL CICLO 20:00-21:00			ENT. F. EXPRESS 20:00 - 20:30 MONITOR SALA	VIRTUAL CICLO 20:00-21:00						
21:00			ENT. F. EXPRESS 21:00 - 21:30 MONITOR SALA	CICLO INDOOR NATALIA 21:00-21:45	CROSS TRAINING OSCAR 21:00-22:00		ENT. F. EXPRESS 21:00 - 21:30 MONITOR SALA	VIRTUAL CICLO 21:00-22:00			ENT. F. EXPRESS 21:00 - 21:30 MONITOR SALA	CICLO INDOOR NATALIA 21:00-21:45	CROSS TRAINING OSCAR 21:00-22:00		ENT. F. EXPRESS 21:00 - 21:30 MONITOR SALA	VIRTUAL CICLO 21:00-22:00			ENT. F. EXPRESS 21:00 - 21:30 MONITOR SALA	VIRTUAL CICLO 21:00-22:00						

CICLO INDOOR	PILATES	BOX FRONTON CROSS TRAINING
CICLO INDOOR VIRTUAL	GAP	ZUMBA
ENT. F. EXPRESS	BODY TONO	

* Las actividades se podran modificar segun la asistencia
*Aforo limitado por la ley vigente: 15 personas maximo (puede variar)

