SALA ENTRENAMIENTO FUNCIONAL ARETOA

TEMPORADA 2018-19 DENBORALDIA

h	ASTELEHENA / LUNES	ASTEARTEA / MARTES	ASTEAZK / MIERCOLES	OSTEGUNA / JUEVES	OSTIRALA / VIERNES	LARUNBATA / SABADO	IGANDEA / DOMINGO	h
7.00	ENTRENAMIENTO FUNCIONAL LX 7'10-8'00		ENTRENAMIENTO FUNCIONAL LX 7'10-8'00					7.00
8.00								8.00
9.00								9.00
10.00	TRX FUNCIONAL LX 9'30-10'20	ENTRENAMIENTO FUNCIONAL MJ 9'30-10'20	TRX FUNCIONAL LX 9'30-10'20	ENTRENAMIENTO FUNCIONAL MJ 9'30-10'20				10.00
	HIIT LX 10'30-11'00	ENTRENAMIENTO FUNCIONAL SENIOR MJ 10'30-11'20	HIIT LX 10'30-11'00	ENTRENAMIENTO FUNCIONAL SENIOR MJ 10'30-11'20				
11.00	FORMACION TSAFAD URKIDE 11'00-12'00				FORMACION TSAFAD URKIDE 11'00-12'00			11.00
12.00				GAITUZ SPORT J 12'00-13'00				12.00
13.00								13.00
14.00	ENTRENAMIENTO FUNCIONAL LX 14'00-14'50	HIIT + STRETCHING MJ 14'15-15'05	ENTRENAMIENTO FUNCIONAL LX 14'00-14'50	HIIT + STRETCHING MJ 14'15-15'05				14.00
15.00	TRIATLON FEMENINO L 15'15-16'15							15.00
16.00	ESCUELA TRIATLÓN L 16'15-17'15			ESCUELA TRIATLÓN J 16'15-17'15	STRONG BY ZUMBA V 16'00-16'50			16.00
17.00								17.00
18.00	ENTRENAMIENTO FUNCIONAL LX 17'30-18'20	HIIT MI 17'30-18'00	ENTRENAMIENTO FUNCIONAL LX 17'30-18'20	HIIT MI 17'30-18'00				18.00
19.00	TRX FUNCIONAL LX 18'30-19'20	BOXING MJ 18'30-19'20	TRX FUNCIONAL LX 18'30-19'20	BOXING MJ 18'30-19'20				19.00
20.00	ENTRENAMIENTO FUNCIONAL LX 19'30-20'20	BOXING MJ 19'30-20'20	ENTRENAMIENTO FUNCIONAL LX 19'30-20'20	BOXING MJ 19'30-20'20				20.00
21.00	BOXING LX 20'30-21'20	TRX FUNCIONAL MJ 20'30-21'20	BOXING LX 20'30-21'20	TRX FUNCIONAL MJ 20'30-21'20				21.00
h	21.30	21.30	21.30	21.30	21.30	21.30	21.30	h