



**PARRILLA DE ACTIVIDADES SEPTIEMBRE 2024**

**SOCIOS 45 € MES/ NO SOCIOS 85€ MES**

	MIN	LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO
DE 9 A 10	15 30 45 60		CROSTRaining	CROSTRaining	CROSTRaining		
DE 10 A 11	15 30 45 60						
DE 11 A 12	15 30 45 60						RUNNING
DE 12 A 13	15 30 45 60						CROSTRaining
DE 13 A 14	15 30 45 60	FITNESS					ESTIRAMIENTOS**
DE 14 A 15	15 30 45 60	GLOBAL TRAINING		GLOBAL TRAINING			
DE 15 A 16	15 30 45 60						
DE 16 A 17	15 30 45 60					CROSTRaining	
DE 17 A 18	15 30		GIMNASIA MANTENIMIENTO		GIMNASIA MANTENIMIENTO		
	45 60		CORE		GAP/TRX		
DE 18 A 19	15 30 45 60	FISIOTRAINING	CROSTRaining		CROSTRaining		
DE 19 A 20	15 30 45 60		CROSTRaining		FISIOTRAINING		
DE 20 A 21	15 30 45 60						