

BONOS DE ACTIVIDADES - DISEÑA TU PROPIO PROGRAMA DE EJERCICIO FÍSICO (ABRIL - JUNIO 2008)

		SALA DE ACTIVIDADES 1								SALA DE ACTIVIDADES 2							ZONA DE AGUAS			
		LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO			LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES			LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES
9:00	9:05							9:00	9:05						9:00	9:05				
9:10	9:15							9:10	9:15						9:10	9:15				
9:20	9:25							9:20	9:25						9:20	9:25				
9:30	9:35							9:30	9:35						9:30	9:35				
9:40	9:45							9:40	9:45						9:40	9:45				
9:50	9:55							9:50	9:55						9:50	9:55				
10:00	10:05							10:00	10:05						10:00	10:05				
10:10	10:15			SPINNING AFS1		SPINNING AFS1		10:10	10:15						10:10	10:15				
10:20	10:25							10:20	10:25						10:20	10:25				
10:30	10:35							10:30	10:35			AERÓBIC AFA1		AERÓBIC AFA1	10:30	10:35				
10:40	10:45							10:40	10:45						10:40	10:45				
10:50	10:55							10:50	10:55						10:50	10:55				
11:00	11:05							11:00	11:05						11:00	11:05				
11:10	11:15							11:10	11:15						11:10	11:15				
11:20	11:25							11:20	11:25						11:20	11:25				
11:30	11:35							11:30	11:35			A.F. MAYORES AFM2		A.F. MAYORES AFM2	11:30	11:35				
11:40	11:45							11:40	11:45						11:40	11:45				
11:50	11:55							11:50	11:55						11:50	11:55				
12:00	12:05							12:00	12:05						12:00	12:05				
12:10	12:15							12:10	12:15						12:10	12:15				
12:20	12:25							12:20	12:25						12:20	12:25				
12:30	12:35							12:30	12:35						12:30	12:35				
12:40	12:45							12:40	12:45						12:40	12:45				
12:50	12:55							12:50	12:55						12:50	12:55				
13:00	13:05							13:00	13:05						13:00	13:05				
13:10	13:15							13:10	13:15						13:10	13:15				
13:20	13:25							13:20	13:25						13:20	13:25				
13:30	13:35							13:30	13:35						13:30	13:35				
13:40	13:45							13:40	13:45						13:40	13:45				
13:50	13:55							13:50	13:55						13:50	13:55				
14:00	14:05							14:00	14:05						14:00	14:05				
14:10	14:15							14:10	14:15						14:10	14:15				
14:20	14:25							14:20	14:25						14:20	14:25				
14:30	14:35							14:30	14:35						14:30	14:35				
14:40	14:45							14:40	14:45						14:40	14:45				
14:50	14:55							14:50	14:55						14:50	14:55				
15:00	15:05							15:00	15:05						15:00	15:05				
15:10	15:15							15:10	15:15						15:10	15:15				
15:20	15:25							15:20	15:25						15:20	15:25				
15:30	15:35							15:30	15:35						15:30	15:35				
15:40	15:45							15:40	15:45						15:40	15:45				
15:50	15:55							15:50	15:55						15:50	15:55				
16:00	16:05							16:00	16:05						16:00	16:05				
16:10	16:15							16:10	16:15						16:10	16:15				
16:20	16:25							16:20	16:25						16:20	16:25				
16:30	16:35							16:30	16:35						16:30	16:35				
16:40	16:45							16:40	16:45						16:40	16:45				
16:50	16:55							16:50	16:55						16:50	16:55				
17:00	17:05							17:00	17:05						17:00	17:05				
17:10	17:15							17:10	17:15						17:10	17:15				
17:20	17:25							17:20	17:25						17:20	17:25				
17:30	17:35							17:30	17:35						17:30	17:35				
17:40	17:45							17:40	17:45						17:40	17:45				
17:50	17:55							17:50	17:55						17:50	17:55				
18:00	18:05							18:00	18:05						18:00	18:05				
18:10	18:15							18:10	18:15						18:10	18:15				
18:20	18:25							18:20	18:25						18:20	18:25				
18:30	18:35							18:30	18:35						18:30	18:35				
18:40	18:45							18:40	18:45						18:40	18:45				
18:50	18:55							18:50	18:55						18:50	18:55				
19:00	19:05							19:00	19:05						19:00	19:05				
19:10	19:15	SPINNING AFS4						19:10	19:15						19:10	19:15				
19:20	19:25							19:20	19:25						19:20	19:25				
19:30	19:35							19:30	19:35						19:30	19:35				
19:40	19:45							19:40	19:45						19:40	19:45				
19:50	19:55							19:50	19:55						19:50	19:55				
20:00	20:05	SPINNING AFS5	SPINNING AFS8					20:00	20:05			QUEMAGRASA AFC2		QUEMAGRASA AFC2	20:00	20:05				
20:10	20:15							20:10	20:15						20:10	20:15				
20:20	20:25							20:20	20:25						20:20	20:25				
20:30	20:35							20:30	20:35						20:30	20:35				
20:40	20:45							20:40	20:45						20:40	20:45				
20:50	20:55							20:50	20:55						20:50	20:55				
21:00	21:05	SPINNING AFS6	SPINNING AFS9					21:00	21:05			AERÓBIC AFA3	KICK BOXING AFK1	AERÓBIC AFA3	KICK BOXING AFK1	21:00	21:05			
21:10	21:15							21:10	21:15						21:10	21:15				
21:20	21:25							21:20	21:25						21:20	21:25				
21:30	21:35							21:30	21:35						21:30	21:35				
21:40	21:45							21:40	21:45						21:40	21:45				
21:50	21:55							21:50	21:55						21:50	21:55				
22:00	21:55							22:00	21:55						22:00	21:55				



* Las actividades reflejadas en esta planilla corresponde con la oferta de actividades para el trimestre del 31 de marzo al 20 de junio de 2008 que pueden ser realizadas con los diferentes bonos en base a sus características, siempre y cuando se activen los cursos al haber inscripciones suficientes.