

HORARIO ACTUAL

C/ Biarritz, 1 Madrid Tel. 91 355 69 81 Horario: L-V de 8 a 22:30h y Sábados de 10 a 14h

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO
8:15			PILATES sala 2		PILATES sala 2	
9:30		PILATES sala 1		PILATES sala 1		
10:00	MANTENIM. sala 1		MANTENIM. sala 1		MANTENIM. sala 1	
11:00	YOGA Sala 2	YOGA sala 2		G.A.P sala 2		
	SPINING sala 4					
12:00	MANTENIM. Sala 1		MANTENIM. sala 2		MANTENIM. sala 1	BAILE ACTIVO sala 2
14:30	PILATES sala 2	SPINING sala 4	Entre.Funcional SALA 1	TAEKWONDO sala 1		
		TAEKWONDO sala 1				
15:30		PILATES sala 2		PILATES sala 2		
17:15	PILATES sala 2					
17:30		PILATES sala 2		PILATES sala 2		
18:00	MANTENIM. sala 1	TAEKWONDO sala 1	MANTENIM. sala 1	TAEKWONDO sala 1	Pump+Core sala 1	
	YOGA sala 2		B. PUMP sala 2		PILATES sala 2	
19:00	B. PUMP sala 2	BAILE ACTIVO sala 2	YOGA sala 2	BAILE ACTIVO sala 2	G.A.P sala 2	
		TAEKWONDO sala 1	B. COMBAT sala 1	TAEKWONDO sala 1		
		19:15				
		SPINING sala 4				
20:00	B. COMBAT sala 2	PILATES sala 1	B. BALANCE sala 2	PILATES sala 1	JUDO sala 2	
		G.A.P sala 2		B. PUMP sala 2		
20:30	SPINING sala 4		SPINING sala 4	SPINING sala 4		
21:00	B. BALANCE sala 2	KICK-BOXING sala 1	JUDO sala 2	KICK-BOXING sala 1		
	KARATE sala 1	JUDO sala 2	KARATE sala 1		KARATE sala 1	

* El Club Amida Sport se reserva el derecho de modificar horarios y actividades

** Las clases con menos de 3 personas podrán ser anuladas la semana siguiente

CARDIO	TONIF.	SUAVES	COREOGRAF.	ART. MARC.
--------	--------	--------	------------	------------