

Temporada Deportiva 2020/2021
SALA MUTILVA 1: Planta Baja



LUNES		MARTES		MIÉRCOLES		JUEVES		VIERNES	
		9:00 9:30	Core Avanzado Lourdes Arana			9:00 9:30	Core Avanzado Lourdes Arana		
9:30 10:30	Gimnasia Senior Mariana Sampastú			9:30 10:30	Gimnasia Senior Mariana Sampastú			9:30 10:30	Gimnasia Senior Mariana Sampastú
		10:00 11:30	Gimnasia Senior Mariana Sampastú			10:00 11:30	Gimnasia Senior Mariana Sampastú		
11:00 12:00	Gimnasia Senior Mariana Sampastú			11:00 12:00	Gimnasia Senior Mariana Sampastú			11:00 12:00	Gimnasia Senior Lourdes Arana
		11:45 13:15	Gimnasia Senior Lourdes Arana			11:45 13:15	Gimnasia Senior Lourdes Arana		
12:30 13:30	Gimnasia Gr. Esp. Mariana Sampastú			12:30 13:30	Gimnasia Gr. Esp. Mariana Sampastú				
15:30 16:30	Fitness Art Ángel García			15:30 16:30	Fitness Art Ángel García			15:30 16:30	Tonificación Lourdes Arana
		16:30 17:30	Fitness Art Rosa López			16:30 17:30	Fitness Art Rosa López	16:30 17:30	Interval Training Lourdes Arana
17:55 18:55	Zumba Sedena			17:55 18:55	Zumba Sedena			17:30 18:30	Fama Dance Sedena
19:00 20:00	Entren. Funcional Susana Lapido	19:00 20:00	Zumba Sedena	19:00 20:00	Ent. Funcional Susana Lapido	19:00 20:00	Zumba Sedena	18:30 19:30	Fama Dance Sedena
20:05 21:05	GAP Susana Lapido			20:05 21:05	GAP Susana Lapido			19:30 20:30	Body Pump Sedena
21:10 22:10	Free Training Sedena	21:10 22:10	Fitness Rosa López	21:10 22:10	Free Training Sedena	21:10 22:10	Fitness Rosa López		

Temporada Deportiva 2020/2021
SALA MUTILVA 3: Planta Primera



LUNES		MARTES		MIÉRCOLES		JUEVES		VIERNES	
9:00 10:00	Pilates Susana Lapido	9:00 10:00	Pilates Susana Lapido	9:00 10:00	Pilates Susana Lapido	9:00 10:00	Pilates Susana Lapido		
10:05 11:05	Pilates Susana Lapido	10:05 11:05	Pilates Susana Lapido	10:05 11:05	Pilates Susana Lapido	10:05 11:05	Pilates Susana Lapido		
11:10 12:10	Pilates Susana Lapido	11:10 12:10	Pilates Susana Lapido	11:10 12:10	Pilates Susana Lapido	11:10 12:10	Pilates Susana Lapido		
12:15 13:15	Espalda sana Susana Lapido			12:15 13:15	Espalda sana Susana Lapido				
14:30 15:30	Pilates Susana Lapido							14:30 15:30	Pilates Susana Lapido
		15:30 16:30	Pilates Mariana Sampastú			15:30 16:30	Pilates Mariana Sampastú		
16:55 18:25	Yoga Pili Méndez	16:35 17:35	Pilates Mariana Sampastú	16:55 18:25	Yoga Pili Méndez	16:35 17:35	Pilates Mariana Sampastú		
18:30 19:30	Taekwondo Mikel Martínez	18:30 19:30	Taekwondo Mikel Martínez	18:30 19:30	Taekwondo Mikel Martínez	18:30 19:30	Taekwondo Mikel Martínez		
19:35 20:35	Taekwondo Mikel Martínez	19:35 20:35	Taekwondo Mikel Martínez	19:35 20:35	Taekwondo Mikel Martínez	19:35 20:35	Taekwondo Mikel Martínez		
		20:40 21:40	Taekwondo Mikel Martínez			20:40 21:40	Taekwondo Mikel Martínez		
21:10 22:10	Pilates Susana Lapido			21:10 22:10	Pilates Susana Lapido				

Temporada Deportiva 2020/2021
SALA MUTILVA 5: Planta Segunda



LUNES		MARTES		MIÉRCOLES		JUEVES		VIERNES		SÁBADO	
											10:30 13:30 Gimnasia Artística Competición Maday Cabrera
17:00 18:00	Gimnasia Artística Maday Cabrera	17:00 18:00	Gimnasia Artística Maday Cabrera	17:00 18:00	Gimnasia Artística Maday Cabrera	17:00 18:00	Gimnasia Artística Maday Cabrera	17:00 18:00	Gimnasia Artística Maday Cabrera		
18:05 20:35	Gimnasia Artística Competición Maday Cabrera	18:05 20:05	Gimnasia Artística Precompetición Maday Cabrera	18:05 20:35	Gimnasia Artística Competición Maday Cabrera	18:05 20:05	Gimnasia Artística Precompetición Maday Cabrera	18:05 20:35	Gimnasia Artística Competición Maday Cabrera		

Temporada Deportiva 2020/2021

SALA MULTIACTIVIDAD: Edificio de vestuarios



LUNES		MARTES		MIÉRCOLES		JUEVES		VIERNES	
8:25 9:55	Yoga Minako Hiro	8:25 9:55	Yoga Minako Hiro	8:25 9:55	Yoga Minako Hiro	8:25 9:55	Yoga Minako Hiro	8:25 9:55	Yoga Minako Hiro
10:00 11:30	Yoga Minako Hiro	10:00 11:30	Yoga Juanjo Armañanzas	10:00 11:30	Yoga Minako Hiro	10:00 11:30	Yoga Juanjo Armañanzas	10:00 11:30	Yoga Minako Hiro
11:45 12:45	Yoga Minako Hiro	11:45 13:15	Yoga Juanjo Armañanzas	11:45 12:45	Yoga Minako Hiro	11:45 13:15	Yoga Juanjo Armañanzas	11:45 12:45	Yoga Minako Hiro
12:50 13:50	Yoga Minako Hiro			12:50 13:50	Yoga Minako Hiro			12:50 13:50	Yoga Minako Hiro
15:30 16:30	Pilates Maday Cabrera	15:30 16:30	Pilates Maday Cabrera	15:30 16:30	Pilates Maday Cabrera	15:30 16:30	Pilates Maday Cabrera		
18:00 19:00	Core Lourdes Arana			18:00 19:00	Core Lourdes Arana				
20:25 21:25	Tai Chi Juanjo Armañanzas	20:00 21:00	Body Combat Sedena	20:25 21:25	Tai Chi Juanjo Armañanzas	20:00 21:00	Body Combat Sedena		
21:30 22:30	Yoga Juanjo Armañanzas			21:30 22:30	Yoga Juanjo Armañanzas				

Temporada Deportiva 2020/2021
SALA CAZADORES 1



LUNES		MARTES		MIÉRCOLES		JUEVES		VIERNES	
		8:55 9:55	Preparación Física Ángel García			9:00 10:00	Preparación Física Ángel García		
		10:00 11:00	Zumba Sedena			10:00 11:00	Zumba Sedena		
		15:30 16:30	Fitness Ángel García			15:30 16:30	Fitness Ángel García		
		16:30 17:30	Entrenam. Funcional Ángel García			16:30 17:30	Entrenam. Funcional Ángel García		
17:55 18:55	Entrenam. Funcional Ángel García	17:55 18:55	Fitness Rosa López	17:55 18:55	Entrenam. Funcional Ángel García	17:55 18:55	Fitness Rosa López		
19:00 20:00	Entrenam. Funcional Ángel García	19:00 20:00	Preparación Física Ángel García	19:00 20:00	Entrenam. Funcional Ángel García	19:00 20:00	Preparación Física Ángel García		
20:05 21:05	Preparación Física Ángel García	20:05 21:05	Fitness Rosa López	20:05 21:05	Preparación Física Ángel García	20:05 21:05	Fitness Rosa López		
21:10 22:10	Preparación Física Ángel García	21:10 22:10	Preparación Física Ángel García	21:10 22:10	Preparación Física Ángel García	21:10 22:10	Preparación Física Ángel García		

Temporada Deportiva 2020/2021
SALA CAZADORES 2



LUNES		MARTES		MIÉRCOLES		JUEVES		VIERNES	
		8:00 8:30	TRX Ana Iturriagoitia			8:00 8:30	TRX Ana Iturriagoitia		
		9:00 10:00	TRX Mariana Sampastú			9:00 10:00	TRX Mariana Sampastú	8:30 9:30	TRX Mariana Sampastú
		11:30 13:00	Activ. Cardiosaludable Mariana Sampastú			11:30 13:00	Activ. Cardiosaludable Mariana Sampastú		
14:30 15:30	Ciclo Indoor Ángel García			14:30 15:30	Ciclo Indoor Ángel García				
		15:30 16:30	Ciclo Indoor Alicia Elizalde			15:30 16:30	Ciclo Indoor Alicia Elizalde	15:30 16:30	Ciclo Indoor Alicia Elizalde
19:00 20:00	Ciclo Indoor Alicia Elizalde	19:00 19:55	Ciclo Tónico Rosa López	19:00 20:00	Ciclo Indoor Alicia Elizalde	19:00 19:55	Ciclo Tónico Rosa López		
20:05 21:05	Ciclo Indoor Alicia Elizalde	20:05 21:05	Ciclo Indoor Ángel García	20:05 21:05	Ciclo Indoor Alicia Elizalde	20:05 21:05	Ciclo Indoor Ángel García		
21:10 22:10	Ciclo Indoor Alicia Elizalde			21:10 22:10	Ciclo Indoor Alicia Elizalde				