Ayuntamiento de LOS MOLINOS

HORARIOS POLIDEPORTIVO: ACTIVIDADES COLECTIVAS, GIMNASIO Y PISCINA. TEMPORADA 2022-2023

Desde el 1 de octubre de 2022

Área de Deportes

	LUNES					MARTES					MIERCOLES					JUEVES					VIERNES				
	PISCINA	PABELLÓN	SALA MULTIF. AL LADO GIMNASIO	SALA MIRADOR DETRÁS RECEPCIÓN	SALA CRISTAL DETRÁS PORTERÍA	PISCINA	PABELLÓN	SALA MULTIF. AL LADO GIMNASIO	SALA MIRADOR DETRÁS RECEPCIÓN	SALA CRISTAL DETRÁS PORTERÍA	PISCINA	PABELLÓN	SALA MULTIF. AL LADO GIMNASIO	SALA MIRADOR DETRÁS RECEPCIÓN	SALA CRISTAL DETRÁS PORTERÍA	PISCINA	PABELLÓN	SALA MULTIF. AL LADO GIMNASIO	SALA MIRADOR DETRÁS RECEPCIÓN	SALA CRISTAL DETRÁS PORTERÍA	PISCINA	PABELLÓN	SALA MULTIF. AL LADO GIMNASIO	SALA MIRADOR DETRÁS RECEPCIÓN	SALA CRISTAL DETRÁS PORTERÍA
9.30 - 10:00			PILATES 9:30-10:30					PILATES 9:30-10:30					PILATES 9:30-10:30					PILATES 9:30-10:30								
10:00 - 11:00	NATACION ADULTOS 10:00-10:45						GIMNASIA MANTENIM. MAYORES 10:00-11:00		YOGA 10:30-11:45		NATACION ADULTOS 10:00-10:45						GIMNASIA MANTENIM. MAYORES 10:00-11:00								TAICHI MAYORES 10,00-11,00	
11:00 - 12:00	NATACION ADULTOS 10:45-11:30					AQUAEROBIC 11:00-11:45				BAILE MAYORES 11,00-12,00	NATACION ADULTOS 10:45-11:30					AQUAEROBIC 11:00-11:45				SEVILLANAS MAYORES 11,00-12,00					
	NATACION MAYORES 11:30-12:15					AQUAEROBIC 11:45-12:30					NATACION MAYORES 11:30-12:15					AQUAEROBIC 11:45-12:30									
12:00 - 13:00	NATACION MAYORES 12:15-13:00								YOGA 12:00-13:15		NATACION MAYORES 12:15-13:00														
13:00 - 14:00	NATACION MAYORES 13:00-13:45										NATACION MAYORES 13:00-13:45														
	GIMNASIO DE 9,15 A 14,30 DE 15,30 A 21,45					GIMNASIO DE 9,15 A 14,30 DE 15,30 A 21,45					GIMNASIO DE 9,15 A 14,30 DE 15,30 A 21,45					GIMNASIO DE 9,15 A 14,30 DE 15,30 A 21,45					GIMNASIO DE 9,30 A 13,00 DE 15,30 A 21,45				

	LUNES					MARTES					MIERCOLES					JUEVES					VIERNES				
	PISCINA	SALA CICLO	SALA MULTIF. AL LADO GIMNASIO	SALA MIRADOR DETRÁS RECEPCIÓN	SALA CRISTAL DETRÁS PORTERÍA	PISCINA	SALA CICLO	SALA MULTIF. AL LADO GIMNASIO	SALA MIRADOR DETRÁS RECEPCIÓN	SALA CRISTAL DETRÁS PORTERÍA	PISCINA	SALA CICLO	SALA MULTIF. AL LADO GIMNASIO	SALA MIRADOR DETRÁS RECEPCIÓN	SALA CRISTAL DETRÁS PORTERÍA	PISCINA	SALA CICLO	SALA MULTIF. AL LADO GIMNASIO	SALA MIRADOR DETRÁS RECEPCIÓN	SALA CRISTAL DETRÁS PORTERÍA	PISCINA	PABELLÓN	SALA MULTIF. AL LADO GIMNASIO	SALA MIRADOR DETRÁS RECEPCIÓN	SALA CRISTAL DETRÁS PORTERÍA
16:00 - 17:00	MATRO 16:30-17:00					MATRO 16,00-16,30 MATRO 16:30-17:00					MATRO 16:30-17:00					MATRO 16,00-16,30 MATRO 16:30-17:00									
17:00 - 18:00	MATRO 17:00-17:30 APRENDER A NADAR 17:30-18:15				JUDO 17:30-18:30	MATRO 17:00-17:30 APRENDER A NADAR 17:30-18:15				DANZA MODERNA 17,00-19,00	MATRO 17:00-17:30 APRENDER A NADAR 17:30-18:15				JUDO 17:30-18:30	MATRO 17:00-17:30 APRENDER A NADAR 17:30-18:15									
18:00 - 19:00	APRENDER A NADAR 18:15-19:00		PILATES 18:30-19:30	YOGA 18:30-19:45		APRENDER A NADAR 18:15-19:00	CICLO 18:30-19:30	PILATES 18:30-19:30		DANZA MODERNA 17,00-19,00	APRENDER A NADAR 18:15-19:00		PILATES 18:30-19:30	YOGA 18:00-19:15		APRENDER A NADAR 18:15-19:00	CICLO 18:30-19:30	PILATES 18:30-19:30							
19:00 - 20:00		CICLO 19:30-20:30	PILATES 19:30-20:30		AIKIDO INFANTIL 19,30-20,30	AQUAGIM 19:30-20:15		MULTI FITNESS 19:30-20:30				CICLO 19:30-20:30	PILATES 19:30-20:30		AIKIDO INFANTIL 19,30-20,30	AQUAGIM 19:30-20:15		MULTI FITNESS 19:30-20:30				VOLEIBOL ADULTOS 20,00-21,30			
20:00 - 21:00			PILATES 20:30-21:30	BAILE ACTIVO 20,00-21,00	AIKIDO ADULTOS 20,30-21,30	AQUAGIM 20:15-21:00		MULTI FITNESS 20:30-21:30		FULL CONTACT 20,30-21,30				BAILE ACTIVO 20,00-21,00	AIKIDO ADULTOS 20,30-21,30	AQUAGIM 20:15-21:00		MULTI FITNESS 20:30-21:30		FULL CONTACT 20,30-21,30					
21:00 - 22:00																									

SE ABRIRÁN MÁS GRUPOS EN OTROS HORARIOS SI SON SOLICITADOS POR LOS USUARIOS Y SE ALCANZA EL NÚMERO MÍNIMO DE PARTICIPANTES

TAMBIÉN SE ABRIRÁN GRUPOS EN OTRAS ACTIVIDADES QUE SEAN DEMANDADAS Y ALCANCEN EL NÚMERO MÍNIMO DE PARTICIPANTES

TENEMOS ABIERTO UN CANAL DE COMUNICACIÓN PARA TODOS LOS USUARIOS O VECINOS QUE QUIERAN REALIZAR CUALQUIER CONSULTA: polideportivo@ayuntamiento-losmolinos.es o en el teléfono 675111827

HORARIO GIMNASIO
SÁBADOS
DE 9,30 A 13,00