Ayuntamiento de LOS MOLINOS

HORARIOS: ACTIVIDADES COLECTIVAS, GIMNASIO Y PISCINA. TEMPORADA 2025-2026

Área de Deportes

LUNES

	PISCINA	SALA CICLO	SALA MULTIF. AL LADO GIMNASIO	SALA MIRADOR DETRÁS RECEPCIÓN	SALA CRISTAL DETRÁS PORTERÍA
9,30		CICLO 9.15-10:15 NUEVO	PILATES 9:30-10:30		
10:00 - 11:00	NATACION ADULTOS 10:15-11,00		PILATES 10:30-11:30	YOGILATES 10:30-11:30 NUEVO	
11:00 - 12:00	NATACION ADULTOS 11:00-11:45				
12:00 - 13:00	NATACION MAYORES 12:00-12:45				
13:00 - 14:00	NATACION MAYORES 12:45-13:30				
	NATACION MAYORES 13:30-14:15				

MARTES

	PISCINA	PABELLON	SALA MULTIF. AL LADO GIMNASIO	SALA MIRADOR DETRÁS RECEPCIÓN	SALA CRISTAL DETRÁS PORTERÍA
9,30			GIMNASIA MANTENIM. 9:30-10:30	YOGILATES 9:30-10:30	
10:00 - 11:00	AQUAEROBIC 10,15-11,00 NUEVO		GIMNASIA MANTENIM. 10:30-11:30	YOGA 10:30-11:45	
11:00 - 12:00	AQUAEROBIC 11:00-11:45				BAILE MAYORES 11,00-12,00
12:00 - 13:00	AQUAEROBIC 11:45-12:30				
13:00 - 14:00					

MIERCOLES

	PISCINA	SALA CICLO	SALA MULTIF. AL LADO GIMNASIO	SALA MIRADOR DETRÁS RECEPCIÓN	SALA CRISTAL DETRÁS PORTERÍA
9,30		CICLO 9.15-10:15 NUEVO	PILATES 9:30-10:30		
10:00 - 11:00	NATACION ADULTOS 10:00-10:45		PILATES 10:30-11:30	YOGILATES 10:30-11:30 NUEVO	
11:00 - 12:00	NATACION ADULTOS 10:45-11:30				
12:00 - 13:00	NATACION MAYORES 11:45-12:30				
13:00 - 14:00	NATACION MAYORES 12:30-13:15				
	NATACION MAYORES 13:15-14:00				

JUEVES

	PISCINA	PABELLON	SALA MULTIF. AL LADO GIMNASIO	SALA MIRADOR DETRÁS RECEPCIÓN	SALA CRISTAL DETRÁS PORTERÍA
9,30			GIMNASIA MANTENIM. 9:30-10:30	YOGILATES 9:30-10:30	
10:00 - 11:00	AQUAEROBIC 10,15-11,00 NUEVO		GIMNASIA MANTENIM. 10:30-11:30		
11:00 - 12:00	AQUAEROBIC 11:00-11:45				SEVILLANAS MAYORES 11,00-12,00
12:00 - 13:00	AQUAEROBIC 11:45-12:30				
13:00 - 14:00					

VIERNES

	PISCINA	SALA CICLO	SALA MULTIF. AL LADO GIMNASIO	SALA MIRADOR DETRÁS RECEPCIÓN	SALA CRISTAL DETRÁS PORTERÍA
9,30					
10:00 - 11:00				TAICHI MAYORES 10,00-11,00	
11:00 - 12:00	STA ROSA DE LIMA 11,00-12,00				
12:00 - 13:00					
13:00 - 14:00					

GIMNASIO DE 9,00 A 14,15 DE 15,30 A 22,00 (LUNES)

GIMNASIO DE 9,00 A 14,15 DE 15,30 A 22,00 (MARTES)

GIMNASIO DE 9,00 A 14,15 DE 15,30 A 22,00 (MIERCOLES)

GIMNASIO DE 9,00 A 14,15 DE 15,30 A 22,00 (JUEVES)

GIMNASIO DE 9,00 A 14,15 DE 15,30 A 22,00 (VIERNES)

LUNES

	PISCINA	SALA CICLO	SALA MULTIF. AL LADO GIMNASIO	SALA MIRADOR DETRÁS RECEPCIÓN	SALA CRISTAL DETRÁS PORTERÍA
16:00 - 17:00	MATRO 16:30-17:00				
17:00 - 18:00	MATRO 17:00-17:30				
	APRENDER A NADAR 17:30-18:15			YOGILATES 17,30-18,30	
18:00 - 19:00	APRENDER A NADAR 18:15-19:00		PILATES 18:30-19:30	YOGA 18:30-19:45	JUDO 18:00-19:00
19:00 - 20:00	AQUAGIM 19:30-20:15	CICLO 19:30-20:30	MULTI FITNESS 19:30-20:30	AIKIDO 19,45-20,45	JUDO 19:00-20:00
20:00 - 21:00	AQUAGIM 20:15-21:00	CICLO 20,30 - 21,30 NUEVO	RITMOS 20:30-21:30		JUDO 20:00-21:00
21:00 - 22:00					

MARTES

	PISCINA	SALA CICLO	SALA MULTIF. AL LADO GIMNASIO	SALA MIRADOR DETRÁS RECEPCIÓN	SALA CRISTAL DETRÁS PORTERÍA
16:00 - 17:00	MATRO 16:30-17:00				
17:00 - 18:00	MATRO 17:00-17:30				
	APRENDER A NADAR 17:30-18:15			YOGILATES 17:30-18:30 NUEVO	
18:00 - 19:00		CICLO 18:30-19:30	MULTI FITNESS 18:30-20:30	YOGILATES 18:30-19:30 NUEVO	PILATES 18:30-19:30
19:00 - 20:00	AQUAGIM 19:30-20:15		MULTI FITNESS 19:30-20:30		
20:00 - 21:00	AQUAGIM 20:15-21:00		MULTI FITNESS 20:30-21:30		FULL CONTACT 20,30-21,45
21:00 - 22:00					

MIERCOLES

	PISCINA	SALA CICLO	SALA MULTIF. AL LADO GIMNASIO	SALA MIRADOR DETRÁS RECEPCIÓN	SALA CRISTAL DETRÁS PORTERÍA
16:00 - 17:00	MATRO 16:30-17:00				
17:00 - 18:00	MATRO 17:00-17:30				
	APRENDER A NADAR 17:30-18:15			YOGILATES 17,30-18,30	
18:00 - 19:00	APRENDER A NADAR 18:15-19:00		PILATES 18:30-19:30	YOGA 18:30-19:45	JUDO 18:00-19:00
19:00 - 20:00	AQUAGIM 19:30-20:15	CICLO 19:30-20:30	MULTI FITNESS 19:30-20:30	AIKIDO 19,45-20,45	JUDO 19:00-20:00
20:00 - 21:00	AQUAGIM 20:15-21:00	CICLO 20,30 - 21,30 NUEVO	RITMOS 20:30-21:30	PABELLON	JUDO ADULTOS 20:00-21:00 PABELLON
21:00 - 22:00					

JUEVES

	PISCINA	SALA CICLO	SALA MULTIF. AL LADO GIMNASIO	SALA MIRADOR DETRÁS RECEPCIÓN	SALA CRISTAL DETRÁS PORTERÍA
16:00 - 17:00	MATRO 16:30-17:00				
17:00 - 18:00	MATRO 17:00-17:30				
	APRENDER A NADAR 17:30-18:15			YOGILATES 17:30-18:30 NUEVO	
18:00 - 19:00		CICLO 18:30-19:30	MULTI FITNESS 18:30-20:30	YOGILATES 18:30-19:30 NUEVO	PILATES 18:30-19:30
19:00 - 20:00	AQUAGIM 19:30-20:15		MULTI FITNESS 19:30-20:30		
20:00 - 21:00	AQUAGIM 20:15-21:00		MULTI FITNESS 20:30-21:30		FULL CONTACT 20,30-21,45
21:00 - 22:00					

VIERNES

	PISCINA	PISTA	SALA MULTIF. AL LADO GIMNASIO	SALA MIRADOR DETRÁS RECEPCIÓN	SALA CRISTAL DETRÁS PORTERÍA
16:00 - 17:00					
17:00 - 18:00					
				YOGA 18:00-19:15	
18:00 - 19:00					
19:00 - 20:00					
20:00 - 21:00		VOLEIBOL ADULTOS 20,00-21,30			
21:00 - 22:00					

HORARIO GIMNASIO SABADOS DE 9,00 A 13,45