



CENTRO DEL
DEPORTE
LA PALMA
DEL CONDADO

ACTIVIDADES DIRIGIDAS MARZO 2025



	LUNES		MARTES		MIÉRCOLES		JUEVES		VIERNES		
	Sala A	Sala B	Sala A	Sala B	Sala A	Sala B	Sala A	Sala B	Sala A	B	
9:30 10:30	STEP BODY FITNESS		CICLO INDOOR		STEP BODY FITNESS		CICLO INDOOR		STEP BODY FITNESS		9:30 10:30
10:30 11:30		EMBARAZADAS	POSPARTO S. PÉLVICO			EMBARAZADAS	POSPARTO S. PÉLVICO				10:30 11:30
10:45 12:00	YOGA				YOGA				YOGA		10:45 12:00
17:00 18:00	POSPARTO S. PÉLVICO				POSPARTO S. PÉLVICO						17:00 18:00
17:30 18:30			EMBARAZADAS/ POSPARTO				EMBARAZADAS/ POSPARTO				17:30 18:30
18:00 19:00	PILATES	EMBARAZADAS			PILATES	EMBARAZADAS					18:00 19:00
19:00 19:30		YOGA	FUNCIONAL STREET (*)			YOGA	FUNCIONAL STREET (*)				19:00 19:30
19:30 20:30	ENTRENAMIENTO DE FUERZA		ENTRENAMIENTO DE FUERZA		ENTRENAMIENTO DE FUERZA		ENTRENAMIENTO DE FUERZA				19:30 20:30
20:30 21:30	ZUMBA		CICLO INDOOR	ENTRENAMIENTO DE FUERZA	ZUMBA		CICLO INDOOR	ENTRENAMIENTO DE FUERZA			20:30 21:30

(*) LA ACTIVIDAD SERÁ DE 19:00 A 20:00 H EN LA PISTA DE BALONCESTO DEL PARQUE VILLA LUISA

TLF. RESERVA PLAZA: 959426055 o A TRAVÉS DE CRONOSWEB: <https://sededeportes.lapalmadelcondado.org:8443>

Para anular reservas: deportes@lapalmadelcondador.org o por Facebook: Concejalía de Deportes. La Palma del Condado

