

# PROGRAMA GRUPOS REDUCIDOS SEPTIEMBRE

## LUNES

INICIO	FIN	CLASE	PROFESOR	SALA
07:05	08:05	PILATES MÁQUINAS		4
08:05	09:05	PILATES MÁQUINAS		4
13:30	14:30	PILATES MÁQUINAS	GUILLERMO	4
14:30	15:30	CROSSTRaining		F
14:30	15:30	PILATES MÁQUINAS	GUILLERMO	4
18:30	19:30	PILATES MÁQUINAS	ÓSCAR	4
19:30	20:30	PILATES MÁQUINAS	ÓSCAR	4
19:30	20:30	RITMOS LATINOS	VIRGINIA	3

## MARTES

INICIO	FIN	CLASE	PROFESOR	SALA
07:15	08:15	BOXEO INICIACIÓN		H
11:30	12:30	PILATES MÁQUINAS		4
13:15	14:15	TONIFICACIÓN		F
13:20	14:20	BOXEO INICIACIÓN		H
13:30	14:30	PILATES MÁQUINAS	VÍCTOR A.	4
13:30	14:30	CROSSTRaining	VÍCTOR	F
13:45	14:45	TONIFICACIÓN		F
14:00	15:00	FUERZA PARA NADADORES	JOSÉ	P
14:30	15:30	PILATES MÁQUINAS	VÍCTOR A.	4
18:30	19:30	PILATES MÁQUINAS	SARA	4
19:00	20:00	BOXEO INICIACIÓN		H
19:30	20:30	PILATES MÁQUINAS	GUILLERMO	4

## MIÉRCOLES

INICIO	FIN	CLASE	PROFESOR	SALA
07:05	08:05	PILATES MÁQUINAS	ÓSCAR	4
11:45	12:45	PILATES MÁQUINAS	PAOLA Z.	
13:00	14:00	CROSSTRaining		F
13:30	14:30	PILATES MÁQUINAS	GUILLERMO	4
14:00	15:00	FUERZA ESPECÍFICA DEPORTES DE RESISTENCIA	DAVID	F
14:10	15:10	BOXEO INICIACIÓN	EDU	H
14:30	15:30	PILATES MÁQUINAS	GUILLERMO	4
18:30	19:30	PILATES MÁQUINAS	ÓSCAR	4
19:00	20:00	PREPARACIÓN FÍSICA PARA GOLF		F
19:30	20:30	PILATES MÁQUINAS	ÓSCAR	4
19:45	20:45	RITMOS LATINOS Y BAILES DE SALÓN		2

## JUEVES

INICIO	FIN	CLASE	PROFESOR	SALA
07:05	08:05	PILATES MÁQUINAS		4
13:30	14:30	PILATES MÁQUINAS	VÍCTOR A.	4
13:30	14:30	FUERZA ESPECÍFICA DEPORTES DE RESISTENCIA		F
13:30	14:30	CROSSTRaining	VÍCTOR	F
14:00	15:00	FUERZA PARA NADADORES	JOSÉ	P
14:00	15:00	TRIATLÓN	ANDRÉS	P
14:30	15:30	FUERZA ESPECÍFICA DEPORTES DE RESISTENCIA	DAVID	F
14:30	15:30	PILATES MÁQUINAS	VÍCTOR A.	4
18:30	19:30	PILATES MÁQUINAS		4
19:00	20:00	ENTRENAMIENTO PARA DEPORTES DE NIEVE		F
19:00	20:00	BOXEO INICIACIÓN		H
19:30	20:30	PILATES MÁQUINAS	GUILLERMO	4

## VIERNES

INICIO	FIN	CLASE	PROFESOR	SALA
13:30	14:30	PILATES MÁQUINAS	PAOLA Z.	3
14:30	15:30	PILATES MÁQUINAS	PAOLA Z.	3
14:35	15:35	BOXEO INICIACIÓN		H
14:45	15:45	FUERZA ESPECÍFICA DEPORTES DE RESISTENCIA		F
15:30	16:30	PILATES MÁQUINAS	SARA	4

www.centrobwell.es | 91 537 5448

B-Well se reserva el derecho de modificación del horario.

NOVEDADES

CAMBIOS

B-Well  
La Isla