

HORARIOS | Fitness

Lunes, Miércoles y Viernes

HORA INICIO	HORA FIN	ACTIVIDAD	ESPACIO	PROFESOR
6:00	7:00	Queenax Workout	Sala Nivel 1	Mariana Estellano
6:30	7:30	Funcional	Cancha ext 2	Cristian Da Silva
6:45	7:45	Pilates	Fitness 3	Leticia Gadea
6:50	7:50	Spinning	Sala de Spinning	Giselle Reyes
7:00	8:00	XTP	Gimnasio A	Martin Irigaray
7:15	8:15	Queenax Workout	Sala Nivel 1	Mariana Estellano
7:20	8:20	Local Fuerte	Fitness 1	Natalia Ferradans
7:30	8:15	Gimnasia tradicional adultos	Estadio	Víctor Jara
7:30	8:15	HIIT	Cancha ext 1	Santiago Landeyra
7:40	8:40	Local funcional	Fitness 2	Maria Noel Diaz
8:00	8:50	Aqua Funcional	Piscina climatizada	Mariana Varela
8:00	9:00	Pilates intenso	Fitness 3	Leticia Gadea
8:00	9:00	Spinning	Sala de Spinning	Giselle Reyes
8:05	8:50	Stretching	Ed. Fisica formativa	Carmen Cammarano
8:10	9:10	XTP	Gimnasio A	Martin Irigaray
8:25	9:10	HIIT	Cancha ext 1	Santiago Landeyra
8:30	9:30	Queenax Workout	Sala Nivel 1	Mariana Estellano
8:45	9:45	Funcional	Fitness 1	Natalia Ferradans
9:00	9:45	Hidro	Piscina climatizada	Mariana Varela
9:00	10:00	Local funcional	Fitness 2	Maria Noel Diaz
9:05	10:05	Gimnasia integral adultos	Fitness 3	Agustina Ipata
9:15	10:15	Spinning	Sala de Spinning	Giselle Reyes
9:15	10:15	Yoga dinámico	Teatro	Leticia Gadea
10:00	11:00	Zumba	Fitness 1	Gabriel Toth
10:10	11:10	Higiene de columna	Fitness 3	Agustina Ipata
10:10	11:10	Pilates adulto mayor	Fitness 2	Maria Estellano
10:30	11:30	Spinning	Sala de Spinning	Giselle Reyes
10:30	12:00	Yoga clásico	Multi 1	Leonardo Perez
11:10	11:50	Zumba Gold	Fitness 1	Gabriel Toth
11:15	12:15	Funcional	Gimnasio A, Ext 2	Claudia Cayetano
11:15	12:15	Local fuerte	Fitness 2	Giuliana Estevez
11:25	12:25	Pilates	Fitness 3	Maria Noel Diaz
11:30	12:15	Hidro	Piscina climatizada	Mariana Estellano
12:15	13:00	Gimnasia tradicional adultos	Estadio	Víctor Jara
12:25	13:10	Hidro	Piscina climatizada	Giuliana Estevez
12:30	13:30	Spinning	Sala de Spinning	Claudia Cayetano
12:30	13:30	XTP	Gimnasio A	Emiliano Bertone
14:45	15:45	Local	Fitness 1	Deborah Bouchaton
16:00	17:00	Adulto mayor	Fitness 2	Sabina Asqueta
16:00	17:00	Queenax Workout	Sala Nivel 1	Lucia Navarro
16:25	17:25	Funcional	Cancha 3x3	Mathias Cazet
17:15	18:15	Pilates	Fitness 3	Laura Gucci
17:25	18:25	Zumba	Fitness 2	Natalia Ferradans
18:15	19:15	Spinning	Sala de Spinning	Claudia Cayetano
18:25	19:25	Local con barras	Fitness 1	Marcela Gomez

18:30	19:30	Aerolocal	Fitness 2	Valeria Ledesma
18:30	19:30	Pilates	Fitness 3	Hilda Noble
18:35	19:20	HIIT	Parque	Santiago Trimani
18:35	19:35	Yoga intenso	Multi 1	Leonardo Perez
19:30	20:30	Spinning	Sala de Spinning	Santiago Trimani
19:35	20:35	Funcional	Cancha ext 1	Claudia, Fabricio
19:35	20:35	Funcional	Fitness 1	Claudia, Fabricio
19:35	20:35	Higiene de columna	Fitness 3	Marcela Gomez
19:35	20:35	Total training	Parque	Pablo Amaral
19:35	20:35	XTP	Gimnasio A	Lucía Navarro
19:45	20:30	Hidro	Piscina climatizada	Giuliana Estevez
19:50	20:50	Yoga dinámico	Multi 1	Leonardo Perez
20:40	21:40	Pilates intenso	Fitness 3	Hilda Noble
20:40	21:40	Spinning	Sala de Spinning	Santiago Trimani
20:45	21:45	TRX Training	Fitness 1	Gabriel Toth
20:45	21:45	XTP	Gimnasio A	Lucía Navarro

Martes y Jueves

HORA INICIO	HORA FIN	ACTIVIDAD	ESPACIO	PROFESOR
7:00	8:00	XTP	Gimnasio A	Martin Irigaray
7:15	8:15	Queenax Workout	Sala Nivel 1	Emiliano Fajardo
7:20	8:10	Aqua Funcional	Piscina climatizada	Giselle Reyes
7:20	8:20	Funcional	Ext 2 y Fit 1	Claudia Cayetano
7:20	8:20	Local	Fitness 2	Carmen Cammarano
7:30	8:30	Pilates	Fitness 3	Maria Noel Diaz
8:10	9:10	XTP	Gimnasio A	Martin Irigaray
8:20	9:10	Aqua Funcional	Piscina climatizada	Giselle Reyes
8:25	9:25	Tai Chi	Multi 1	Juan Carlos Miro
8:30	9:15	HIIT	Cancha 3x3	Emiliano Bertone
8:30	9:30	Local	Fitness 1	Deborah Bouchaton
8:30	9:30	Queenax Workout	Sala Nivel 1	Emiliano Fajardo
8:30	9:30	Spinning	Sala de Spinning	Claudia Cayetano
8:30	9:05	Stretching	Fitness 2	Carmen Cammarano
8:40	9:40	Local funcional	Fitness 3	Maria Noel Diaz
9:15	9:45	Hidro	Piscina climatizada	Carmen Cammarano
9:30	10:30	Local	Fitness 2	Daniel Bertolini
9:35	10:35	Yoga clásico	Multi 1	Leonardo Perez
9:40	10:40	Spinning	Sala de Spinning	Natalia Ferradans
9:40	10:40	Zumba	Fitness 1	Giselle Reyes
9:50	10:50	Pilates	Fitness 3	Maria Noel Diaz
10:45	11:45	Higiene de columna	Fitness 2	Daniel Bertolini
10:45	12:15	Yoga dinámico y meditación	Multi 1	Leonardo Perez
10:50	11:50	Local	Fitness 1	Carmen Cammarano
10:50	11:50	Spinning	Sala de Spinning	Giselle Reyes
11:00	11:45	Stretching	Fitness 3	Maria Noel Diaz
11:55	12:55	Pilates	Fitness 3	Maria Noel Diaz
12:00	12:45	Hidro	Piscina climatizada	Carmen Cammarano
12:00	13:00	Local	Fitness 2	Daniel Bertolini
12:00	13:00	Spinning	Sala de Spinning	Giselle Reyes
12:05	13:05	Funcional	Cancha ext. 2	Claudia Cayetano
12:30	13:30	XTP	Gimnasio A	Mariana Estellano

12:50	13:20	Hidro	Piscina climatizada	Carmen Cammarano
14:45	15:45	Local	Fitness 1	Laura Gucci
16:00	17:00	Queenax Workout	Sala Nivel 1	Mariana Estellano
17:20	18:20	Local fuerte	Fitness 2	Natalia Ferradans
17:20	18:20	Yoga dinámico	Multi 2	Leila Ganeglus
17:25	18:25	Funcional outdoor	Parque	Gabriel Fleitas
18:15	19:15	Tai Chi	Multi 1	Menendez, Miro
18:20	19:20	Pilates	Fitness 3	Mariana Estellano
18:30	19:30	Funcional	Cancha ext. 1	Claudia Cayetano
18:30	19:30	Local fuerte	Fitness 1	Natalia Ferradans
18:30	19:30	Spinning	Sala de Spinning	Santiago Trimani
18:30	19:30	Yoga intenso	Multi 2	Leila Ganeglus
19:30	20:30	Local con barras	Fitness 3	Sabina Asqueta
19:35	20:35	Higiene de columna	Multi 2	Leila Ganeglus
19:35	20:35	Zumba	Fitness 2	Julio Fajardo
19:40	20:40	Funcional Box	Fitness 1	Natalia Ferradans
19:40	20:40	Spinning	Sala de Spinning	Santiago Trimani
19:40	20:40	XTP	Gimnasio A	Lucía Navarro
19:45	20:30	Hidro	Piscina climatizada	Gabriel Toth
20:40	21:40	Pilates intenso	Fitness 3	Mariana Estellano
20:45	21:45	Spinning	Sala de Spinning	Natalia Ferradans
20:45	21:45	TRX Multi Training	Fitness 1	Gabriel Toth

Sábados

HORA INICIO	HORA FIN	ACTIVIDAD	ESPACIO	PROFESOR
8:30	9:15	Hidro	Piscina Climatizada	Carmen Cammarano
9:00	10:00	Funcional	Cancha 3x3	Natalia Ferradans
9:00	10:00	XTP	Gimnasio A	Cristian Da Silva
9:05	10:05	Pilates	Fitness 3	Daniel Bertolini
9:25	10:25	Aerolocal	Fitness 2	Carmen Cammarano
9:40	10:40	Yoga clásico	Multi 1	Leonardo Perez
10:10	11:10	Funcional	Cancha 3x3	Cristian Da Silva
10:15	11:15	Spinning	Sala de Spinning	Daniel Bertolini
10:15	11:15	Zumba	Fitness 3	Natalia Ferradans
10:35	11:35	Local	Fitness 2	Carmen Cammarano
10:35	11:55	Thai Chi	Multi 2	Juan Carlos Miro
10:50	12:20	Yoga dinámico y meditación	Multi 1	Leonardo Perez
11:15	12:15	Queenax Workout	Sala Nivel 1	Emiliano Bertone
11:25	12:25	Spinning	Sala de Spinning	Natalia Ferradans
11:50	12:20	Hidro	Piscina climatizada	Carmen Cammarano
12:00	13:00	XTP	Gimnasio A	Cristian Da Silva
16:45	17:45	Pilates	Fitness 3	Hilda Noble
17:00	18:00	Funcional	Cancha ext 2	Natalia Ferradans
17:00	18:00	Zumba	Fitness 2	Gabriel Toth
17:55	18:40	Stretching	Fitness 3	Hilda Noble
18:15	19:00	Aqua Funcional	Piscina climatizada	Natalia Ferradans
18:15	19:15	Spinning	Sala de Spinning	Gabriel Toth
19:10	20:10	Funcional	Fitness 1	Natalia Ferradans

Domingos

HORA INICIO	HORA FIN	ACTIVIDAD	ESPACIO	PROFESOR
-------------	----------	-----------	---------	----------

9:15	10:00	Hidro	Piscina climatizada	Carolina Fasulo
10:15	11:15	Streching	Fitness 3	Carolina Fasulo
11:25	12:25	Pilates	Fitness 3	Carolina Fasulo