



## ACTIVIDADES ACUÁTICAS 2019-2020

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
9:30 – 10:30	AQUAGYM	AQUAGYM	AQUAGYM	AQUAGYM	AQUAGYM
10:30 – 11:30	AQUAGYM	NATACIÓN ADULTOS	AQUAGYM	NATACIÓN ADULTOS	
14:30 - 15:30				PERFECCIONAMIENTO NATACIÓN (20:00 – 21:00)	
16:00 – 17:00	AQUAGYM		AQUAGYM		
20:00 – 21:00		AQUAGYM NATACIÓN TERAPEUTICA		AQUAGYM NATACIÓN TERAPEUTICA	
20:15 – 21:15	PERFECCIONAMIENTO NATACIÓN		PERFECCIONAMIENTO NATACIÓN		

*AQUAGYM: actividad que combina ejercicios aeróbicos con tonificación general, intensidad media.*

*ENTRENAMIENTO NATACIÓN ADULTOS: entrenamiento de natación para adultos abierto a todos los socios.*

*NATACIÓN TERAPÉUTICA: natación para adultos abierto a todos los socios.*

