

# COMPLEJO DEPORTIVO FELIPE VI

MAÑANAS

Horarios Actividades Dirigidas

JUNIO

01/06 al 30/06

LUNES			MARTES			MIÉRCOLES			JUEVES			VIERNES			SÁBADO		
Hora	Actividad	Esp/Mon	Hora	Actividad	Esp/Mon	Hora	Actividad	Esp/Mon	Hora	Actividad	Esp/Mon	Hora	Actividad	Esp/Mon	Hora	Actividad	Días
7:40	SPINNING	INTENSITY VIRTUAL	7:40	SPINNING	INTENSITY VIRTUAL	7:40	SPINNING	INTENSITY VIRTUAL	7:40	SPINNING	INTENSITY VIRTUAL	7:40	SPINNING	INTENSITY VIRTUAL	9:30	SPINNING	TODOS
8:30	PILATES	ENERGY Paqui	9:30	STEP	ENERGY Isa Q.	8:30	GAP	ENERGY Fermín	9:30	STEP	ENERGY Isa Q.	8:40	AQUAFITNESS	PISCINA Isa Q.	10:30	GAP	9 Y 23
8:40	AQUAFITNESS	PISCINA Isa Q.	9:30	PILATES	POWER Paqui	8:40	AQUAFITNESS	PISCINA Isa Q.	9:30	PILATES	POWER Paqui	9:30	AQUAFITNESS	PISCINA Pablo	10:30	BODY HEALTH	2,16 Y 30
9:30	GAP	ENERGY Paqui	9:30	AQUAFITNESS	PISCINA Ricardo	9:30	BODY HEALTH	ENERGY Fermín	9:30	SPINNING	INTENSITY Manu	9:30	BODY HEALTH	ENERGY Paqui			
9:30	AQUAFITNESS	PISCINA Pablo	9:30	SPINNING	INTENSITY Anto	9:30	AQUAFITNESS	PISCINA Pablo	9:30	AQUAFITNESS	PISCINA Ricardo	9:40	PILATES	POWER Isa Q.			
9:40	PILATES	POWER Isa Q.	10:30	ZUMBA	ENERGY Sonia R.	9:40	PILATES	POWER Isa Q.	10:30	ZUMBA	ENERGY Sonia R.	10:30	SPINNING	INTENSITY Paqui	9:30	BODY HEALTH	10 Y 24
10:30	ZUMBA	ENERGY Paqui	10:30	CORE	POWER Anto	10:30	JUMP	POWER Isa Q.	10:30	TRX	POWER Paqui	10:40	YOGA	POWER Marisa	10:30	GAP	3 Y 17
10:30	TRX	POWER Isa Q.	11:00	TRX	POWER Anto	10:40	YOGA	ENERGY Marisa	11:00	CORE	POWER Paqui	10:40	STEP	ENERGY Isa Q.	10:30	SPINNING	TODOS
10:30	YOGA	HARMONY Marisa	11:00	YOGA	HARMONY Marisa	11:10	SPINNING	INTENSITY Isa Q.	11:00	YOGA	HARMONY Marisa						
11:20	SPINNING	INTENSITY Isa Q.				12:00	FUNCTIONAL TRAINING	SALA FITNESS Pedro R.									

## DOMINGO

Hora	Actividad	Días
9:30	BODY HEALTH	10 Y 24
	GAP	3 Y 17
10:30	SPINNING	TODOS



CARRERA DE LA HOYA  
Dom 3 Junio 9:00 h.



YOGA EN LA NATURALEZA  
Sab 16 Junio 9:30 h.



CARRERA DE LA VIÑA  
Dom 24 Junio 10:00 h.



GYMKANA POR EQUIPOS  
Viernes 29 Junio 17:30 h.



\*\*\*Las clases de AQUATRaining Y AQUASWIM requieren que el usuario sepa nadar.

\*\*A las clases de Aquafitness, Aquaswim y Aquatraining sólo tienen acceso los socios que han abonado la tarifa de instalación completa.

Los sábados y domingos, las actividades de la sala Energy serán rotativas siendo la 1ª en la 1ª semana válida de este horario.

Será necesario presentar la tarjeta a la entrada correspondiente que se entrega 30 min. antes del comienzo.

Los horarios podrán ser modificados sin previo aviso por necesidades de la instalación.

La edad mínima para asistir a las actividades es de 16 años.

Las sesiones de CORE, FUNCTIONAL TRAINING, JUMP y TRX son de 30'.

El horario de actividades dirigidas de los festivos entre semana con apertura por la mañana será el mismo que el del domingo de esa misma semana

COMPLEJO DEPORTIVO FELIPE VI

C/ Juan Antonio Dimas, s/n - Telf. 968 40 64 20 // 968 47 01 42 - Correo: deportes@lorca.es - Web: www.cdfelipevi.lorca.es



@cdfelipevi



@cdfelipevilorca

# COMPLEJO DEPORTIVO FELIPE VI

Horarios Actividades Dirigidas

JUNIO

01/06 al 30/06

TARDES

LUNES			MARTES			MIERCOLES			JUEVES			VIERNES		
Hora	Actividad	Esp/Mon	Hora	Actividad	Esp/Mon	Hora	Actividad	Esp/Mon	Hora	Actividad	Esp/Mon	Hora	Actividad	Esp/Mon
15:00	SPINNING	INTENSITY VIRTUAL	15:00	SPINNING	INTENSITY VIRTUAL	15:00	SPINNING	INTENSITY VIRTUAL	15:00	SPINNING	INTENSITY VIRTUAL	15:00	SPINNING	INTENSITY VIRTUAL
17:05	YOGA	ENERGY Marisa	17:05	PILATES	POWER Juanmi	17:05	YOGA	HARMONY Marisa	17:05	PILATES	POWER Anto	18:00	PILATES	ENERGY Anto
18:05	PILATES	ENERGY Marta	18:05	YOGA	POWER Marisa	18:05	PILATES	POWER Paqui	18:05	YOGA	POWER Marisa	19:00	SPINNING	INTENSITY Anto
18:05	GAP	POWER Paqui	18:05	GAP	ENERGY Paqui	18:05	BODY HEALTH	ENERGY Fermin	18:05	STEP	ENERGY Marta	19:00	ZUMBA	ENERGY Sonia R.
18:05	SPINNING	INTENSITY Anto	18:30	FUNCTIONAL TRAINING	SALA FITNESS Juanmi	18:05	SPINNING	INTENSITY Anto	18:30	FUNCTIONAL TRAINING	SALA FITNESS Anto	20:00	BODY HEALTH	ENERGY Anto
19:00	ZUMBA	ENERGY Marta	19:00	BODY HEALTH	ENERGY Marta	19:00	STRONG	ENERGY Marta	19:00	BODY HEALTH	ENERGY Anto	20:10	AQUAFITNESS	PISCINA Pablo
19:00	CORE	POWER Anto	19:00	TRX	POWER Paqui	19:00	CORE	POWER Anto	19:00	PILATES	POWER Marta			
19:30	TRX	POWER Anto	19:30	CORE	POWER Paqui	19:30	TRX	POWER Anto	20:00	SPINNING	INTENSITY Pedro R.			
20:00	RUNNING CLUB	PLACETA Marta	20:00	STEP	ENERGY Marta	20:00	GAP	ENERGY Marta	20:00	ZUMBA	ENERGY Sonia R.			
20:00	JUMP	POWER Anto	20:00	SPINNING	INTENSITY Pedro R.	20:00	JUMP	POWER Anto	20:00	INTENSITY TRAINING	POWER Anto			
20:00	BODY HEALTH	ENERGY Fermin	20:00	INTENSITY TRAINING	POWER Anto	20:10	AQUATRaining	PISCINA Ricardo	20:10	AQUAFITNESS	PISCINA Andrés			
20:10	AQUASWIM	PISCINA Ricardo	20:10	AQUAFITNESS	PISCINA Andrés	20:40	SPINNING	INTENSITY Anto	21:00	BAILES LATINOS	HARMONY Sonia R.			
20:40	SPINNING	INTENSITY Anto	21:00	ZUMBA	ENERGY Marta	21:00	AQUAFITNESS	PISCINA Ricardo	21:10	GAP	ENERGY Paqui			
21:00	AQUAFITNESS	PISCINA Ricardo	21:00	BAILES LATINOS	HARMONY Sonia R.	21:10	ZUMBA	ENERGY Marta	21:10	SPINNING	INTENSITY Anto			
21:00	BAILES LATINOS	HARMONY Sonia R.	21:10	SPINNING	INTENSITY Anto									
21:10	STRONG	ENERGY Marta												



\* Las actividades dirigidas del viernes 29 de Junio por la tarde serán sustituidas por las actividades del evento Summer Party

COMPLEJO DEPORTIVO FELIPE VI

C/ Juan Antonio Dimas, s/n - Telf. 968 40 64 20 // 968 47 01 42 - Correo: deportes@lorca.es - Web: www.cdfelipevi.lorca.es

@cdfelipevi

@cdfelipevilorca