

# HORARIO ACTIVIDADES



CLUB ALTOZANO

SALÓN	ACTIVIDAD	INSTRUCTOR	HORARIO	DÍA	SALÓN	ACTIVIDAD	INSTRUCTOR	HORARIO	DÍA	SALÓN	ACTIVIDAD	INSTRUCTOR	HORARIO	DÍA	SALÓN	ACTIVIDAD	INSTRUCTOR	HORARIO	DÍA
1	Jump	Alex	08:00	Martes y viernes	4	Spinning	Luis	07:00	Miércoles Y Viernes	ÁREA DE ALBERCA	Natación (Jóvenes Y Adultos)	Dionicio	07:00	Martes, Miércoles, Jueves Y Viernes	ÁREA DE TENIS	Tenis Adultos (Varonil)	Alanís	08:00	Martes, Miércoles, Jueves Y Viernes
	Attack	Tere	08:00	Miércoles		Spinning	Diana	08:00	Martes Y Jueves		Natación (Jóvenes Y Adultos)	Dionicio	08:00	Martes, Miércoles, Jueves Y Viernes		Tenis Adultos (Femenil)	Pablo	08:00	Martes, Miércoles, Jueves Y Viernes
	Pump	Alejandrina	08:00	Jueves		Spinning	Luis	08:00	Miércoles Y Viernes		Natación (Adultos)	Ramón	10:00	Martes, Miércoles, Jueves Y Viernes		Tenis Adultos (Femenil)	Alanís	09:00	Martes, Miércoles, Jueves Y Viernes
	Combat	Tere	09:00	Martes, miércoles y viernes		Spinning	Luis	09:00	Sábado		Natación Bebés 2-3 Años (Particular)	Ramón	11:00	Martes, Miércoles, Jueves Y Viernes		Tenis Adultos (Femenil)	Pablo	09:00	Martes, Miércoles y Jueves.
	Pump	Alejandrina	09:00	Jueves		Spinning	Diana	09:00	Martes Y Jueves		Natación Adultos Nivel 1 (3-6 años, Max 8 niños)	Eduardo	12:00	Martes, Miércoles, Jueves Y Viernes		Tenis Grupo A (Principiantes)	Alejandro	16:00	Martes, Miércoles, Jueves Y Viernes.
	Jump	Alex	09:00	Sábado		Spinning	Luis	09:00	Miércoles Y Viernes		Natación Adultos Nivel 2 y 3 (7-12 años, Max 8 niños)	Eduardo	12:00	Sábado		Tenis Grupo A (Principiantes)	Luis	16:00	Martes, Miércoles, Jueves Y Viernes.
	Pump	Alejandrina	10:00	Miércoles, viernes y sábado		Spinning	Luis	10:00	Sábado		Natación Adultos	Eduardo	13:00	Martes, Miércoles, Jueves Y Viernes		Tenis Grupo B (Intermedios)	Pepe	16:00	Martes, Miércoles, Jueves Y Viernes
	Pump	Alejandrina	17:00	Martes y jueves		Spinning	Luis	18:00	Martes, Miércoles Jueves		Natación Bebés 2-3 Años (Particular)	Eduardo	14:00	Martes, Miércoles, Jueves Y Viernes		Tenis Grupo C (Intermedios)	Pablo	16:00	Martes, Miércoles, Jueves Y Viernes
	Jump	Alex	17:00	Miércoles		Spinning	Luis	19:00	Martes, Miércoles Y Jueves		Natación Nivel 1 3-6 años	Eduardo	16:00	Martes Y Jueves		Tenis Grupo D (Intermedios)	Alanís	16:00	Martes, Miércoles, Jueves Y Viernes
	Combat	Tere	17:00	Viernes		Spinning	Luis	10:00	Sábado		Natación Nivel 2 7-10 años	Malinali		Miércoles Y Viernes		Tenis Grupo A (Intermedios)	Alejandro	17:00	Martes, Miércoles, Jueves Y Viernes
	Combat	Tere	18:00	Martes		Spinning	Luis	10:00	Sábado		Natación Nivel 3 11-12 años	Ramón	16:00	Miércoles Y Viernes		Tenis Grupo A (Intermedios)	Luis	17:00	Martes, Miércoles, Jueves Y Viernes
	Hip Hop	Fernando	18:00	Miércoles Y Viernes		Spinning	Luis	18:00	Martes, Miércoles Jueves		Natación Nivel 4 10-14 años	Diana	16:00	Martes Y Jueves		Tenis Grupo B (Principiantes)	Pepe	17:00	Martes, Miércoles, Jueves Y Viernes
	Baile	Alex	18:00	Jueves		Spinning	Luis	19:00	Martes, Miércoles Y Jueves		Matronatación y Adaptación	Ramón	16:00	Miércoles Y Viernes		Tenis Grupo C (Principiantes)	Pablo	17:00	Martes, Miércoles, Jueves Y Viernes
	2	Crossfit	David	06:00		Martes, Miércoles, Y Jueves	5	Yoga	German		08:00 y 9:00	Martes Y Jueves	ÁREA DE ALBERCA	Natación Bebés 2-3 Años (Particular)		Eduardo	15:00	Martes, Miércoles, Jueves Y Viernes	ÁREA DE TENIS
Crossfit		David	07:00	Martes, Miércoles, Jueves Y Viernes	Yoga	Marcela		08:00 y 9:00	Miércoles Y Viernes	Natación Nivel 1 3-6 años	Malinali	16:00		Martes Y Jueves	Tenis Grupo D (Intermedios)	Alanís	16:00	Martes, Miércoles, Jueves Y Viernes	
Crossfit		David	08:00	Martes, Miércoles, Jueves Y Viernes	Yoga	German		10:00	Sábado Y Domingo	Natación Nivel 2 7-10 años	Diana	16:00		Miércoles Y Viernes	Tenis Grupo A (Intermedios)	Alejandro	17:00	Martes, Miércoles, Jueves Y Viernes	
Crossfit		Jonathan	08:00	Sábado	Ballet Peques (Niñas 3 Años)	Verónica		16:30*	Martes, Miércoles Y Viernes* (Clase prueba 1 mes)	Natación Nivel 3 11-12 años	Eduardo	16:00		Miércoles Y Viernes	Tenis Grupo A (Intermedios)	Luis	17:00	Martes, Miércoles, Jueves Y Viernes	
Crossfit		Jonathan	09:00	Sábado	Ballet Peques (Niñas 4-6 Años)	Verónica		17:00	Martes, Miércoles Y Viernes	Natación Nivel 4 10-14 años	Diana	16:00		Martes Y Jueves	Tenis Grupo B (Principiantes)	Pepe	17:00	Martes, Miércoles, Jueves Y Viernes	
Insanity		David	09:00	Martes Y Jueves	Ballet (Niñas Mayores De 7-13 Años)	Verónica		18:00	Martes, Miércoles Y Viernes	Entrenamiento Pre-equipos	Eduardo	17:00		Martes, Miércoles, Jueves Y Viernes	Tenis Grupo C (Principiantes)	Pablo	17:00	Martes, Miércoles, Jueves Y Viernes	
Crossfit		Jonathan	10:00	Sábado	Danzas Polinesias (Niñas de 3-7 años)	Mariana		17:00	Jueves	Nivel 1 (3-6 años)	Malinali	17:00		Martes y Jueves	Tenis Grupo D (Principiantes)	Alanís	17:00	Martes, Miércoles, Jueves Y Viernes	
Crossfit Kids		Jonathan	11:00	Sábado	Danzas Polinesias (Mayores de 7 años)	Mariana		18:00	Jueves	Nivel 2 (7-10 años)	Diana	17:00		Miércoles Y Viernes	Tenis Grupo A (Intermedios)	Luis	18:00	Martes, Miércoles, Jueves Y Viernes.	
Insanity		María Inés	17:00	Jueves	Yoga	Marcela		19:00	Miércoles Y Viernes	Nivel 3 (11-12 años)	Malinali	17:00		Martes y Jueves	Tenis Grupo A (Selección)	Alejandro	18:00	Martes, Miércoles, Jueves Y Viernes	
Hip Hop (Principiantes 6-7 años)		Fernando	17:00	Miércoles Y Viernes	Tai-Chi	Aristeo		19:00	Martes y Jueves	Nivel 1 (3-6 años)	Diana	18:00		Martes Y Jueves	Tenis Grupo B (Selección)	Pepe	18:00	Martes, Miércoles, Jueves Y Viernes	
Danzas Polinesias (Niñas de 3-7 años)		Mariana	17:00	Martes	Yoga	Marcela		20:00	Miércoles	Nivel 2 (7-10 años)	Ramón	18:00		Martes Y Jueves	Tenis Grupo C (Selección)	Pablo	18:00	Martes, Miércoles, Jueves Y Viernes	
Danzas Polinesias (Mayores de 7 años)		Mariana	18:00	Martes	Pilates Cama	Gabriel		07:00	Martes, Miércoles, Jueves Y Viernes	Nivel 3 (11-12 años)	Malinali	18:00		Martes Y Jueves	Tenis Grupo D (Selección)	Alanís	18:00	Martes, Miércoles, Jueves Y Viernes	
Muay Thai (mayores de 12 años)		Julio	18:00	Miércoles y Jueves	Pilates Cama	Gabriel		08:00	Martes, Miércoles, Jueves, Viernes	Entrenamiento Equipo De Natación	Eduardo	18:00 y 19:00		Martes, Miércoles, Jueves Y Viernes	Tenis Adultos (Femenil)	Pepe	19:00	Martes, Miércoles, Y Jueves	
Insanity		María Inés	18:00	Viernes	Pilates Cama	Rosario		08:00	Sábados	Natación Adultos	Ramón	19:00		Martes, Miércoles, Jueves Y Viernes	TRIATLÓN	Alfonso	07:00	Miércoles y Viernes	
Crossfit	Jonathan	19:00	Martes, Miércoles Jueves Y Viernes	Pilates Cama	Gabriel	09:00	Martes, Miércoles, Jueves, Viernes	Natación (Jóvenes Y Adultos)	Ramón	20:00	Martes, Miércoles, Jueves Y Viernes	INIICIACIÓN DEPORTIVA	Alfonso	20:00	Martes Y Jueves				
Crossfit	Jonathan	20:00	Martes, Miércoles Y Jueves	Pilates Cama	Rosario	09:00	Sábados	Natación (Jóvenes Y Adultos)	Ramón	21:00	Martes, Miércoles, Jueves Y Viernes	3	Grupo A 4-6 Años	Andrey	16:00	Martes Y Jueves			
Pilates	Fernanda	08:00	Martes y jueves	Pilates Cama	Gabriel	10:00	Martes, Miércoles, Jueves, Viernes	Grupo B 4-6 Años	Andrey	17:00	Martes Y Jueves		Grupo A 3-4 Años	Sarahí	17:00	Martes, Miércoles Y Jueves			
Baile	Alex	09:00 Y 10:00	Martes, Jueves Y Viernes	Pilates Cama	Rosario	10:00	Sábados	Grupo 6-8 Años	Daniel	16:00	Miércoles Y Viernes		Grupo B 5-6 Años	Sarahí	18:00	Martes, Miércoles Y Jueves			
Baile	Alex	10:00	Miércoles	Pilates Cama	Gabriel	17:00	Martes, Miércoles, Jueves, Viernes	Grupo 9-12 Años	Daniel	17:00	Miércoles Y Viernes		GOLF	Toño	16:00	Martes Y Jueves			
Baile	Alex	11:00	Sábado	Pilates Cama	Gabriel	18:00	Martes, Miércoles, Jueves, Viernes	Tiro Con Arco	Sandra	16:00	Martes Y Jueves		GOLF	Toño	17:00	Martes Y Jueves			
Jazz (niños y niñas)	Jorge	16:00	Miércoles y Viernes	Pilates Cama	Fernanda	20:00	Miércoles	Tiro Con Arco	Sandra	17:00	Martes Y Jueves		*Horarios sujetos a cambios y necesidades.						
Tae-kwon-Do (Principiantes de 4-6 años)	Adriana	17:00	Martes, Jueves y Viernes	FÚTBOL Y TIRO CON ARCO	Grupo A 4-6 Años	Andrey	16:00	Martes Y Jueves											
Tae-kwon-Do (Principiantes, Nuevo Ingreso)	Adriana	17:00	Miércoles																
Tae-kwon-Do (Intermedios 7-9 años)	Adriana	18:00	Martes, Jueves Y Viernes																
Tae-kwon-Do (Principiantes 8-11 años)	Adriana	18:00	Miércoles																
Tae-kwon-Do (Avanzados 7-13 años)	Adriana	19:00	Martes Y Jueves																
Jazz (adultos)	Jorge	20:00	Miércoles																
Pilates	Fernanda	20:00	Martes y jueves																