# HORARIO ACTIVIDADES

CLUB ALTOZANO

| SALÓN | ACTIVIDAD | INSTRUCTOR | HORARIO | DÍA |
|---|---|---|---|---|
| 2 | Yoga Hatha | Christopher | 07:30 | Martes y Jueves |
| | Yoga y Meditación | Cristina | 08:30 | Martes y Jueves |
| | Yoga Hatha | Christopher | 09:30 | Martes |
| | Latin Dance | Cristina | 09:30 | Miércoles y viernes |
| | Latin Dance | Cristina | 17:00 | Martes, Miércoles y jueves |
| | Yoga y Meditación | Cristina | 18:00 | Martes |
| | Yoga Hatha | Christopher | 19:00 | Martes |
| 3 | GAP | Cynthia | 07:30 | Viernes |
| | GAP | Cynthia | 08:30 | Martes y jueves |
| | Pilates mat | Cynthia | 08:30 | Miércoles y viernes |
| | Pilates mat | Cynthia | 09:30 | Martes y jueves |
| | Latin dance mayores de 10 años | Cristina | 18:00 | Miércoles y viernes |
| | Pilates mat | Cynthia | 19:00 | Miércoles y jueves |
| Spinning | Spinning | Cristina | 06:15 | Martes y jueves |
| | Spinning Hiit | Cristina | 07:30 | Martes y jueves |
| | Spinning | Cristina | 07:30 | Viernes |
| | Spinning | Cristina | 08:30 | Miércoles y viernes |
| | Spinning | Cristina | 09:30 | Martes y jueves |
| | Spinning | Raquel | 18:00 | Martes, miércoles y jueves |
| | Spinning | Raquel | 19:00 | Martes, miércoles y jueves |

| SALÓN | ACTIVIDAD | INSTRUCTOR | HORARIO | DÍA |
|---|---|---|---|---|
| Área de Technogym | Omnia Endurance | Cynthia | 07:30 | Martes, Miércoles y Jueves |
| | Box | Asir | 08:30 | Miércoles |
| | GAP | Cynthia | 09:30 | Miércoles |
| | Box | Asir | 09:30 | Viernes |
| | Cross training | Asir | 18:15 | Martes y jueves |
| | Omnia Endurance | Asir | 18:15 | Miércoles |
| | Omnia Endurance | Asir | 19:15 | Martes y Jueves |
| | Cross training | Asir | 19:15 | Miércoles |
| Pádel | Adultos varonil | Edwin | 08:30 | Martes y jueves |
| | Adultos mixto principiantes | Edwin | 09:30 | Martes y jueves |
| | Niños 5-8 años | Edwin | 17:00 | Miércoles y viernes |
| | Adultos | Edwin | 18:00 | Viernes |
| | Adultos | Edwin | 19:00 | Martes y jueves |
| Tenis | Tenis Adultos | Jessica y Eduardo | 08:00 | Miércoles y Viernes |
| | Tenis Adultos | Jessica y Eduardo | 09:00 | Martes y Jueves |
| | Tenis niños 5-10 años grupo A | Jessica y Jesús | 16:00 | Martes y Jueves |
| | Tenis juvenil 11-18 años grupo A | Jessica y Jesús | 17:00 | Martes y Jueves |
| | Tenis niños 5-10 años grupo B | Jessica y Jesús | 16:00 | Miércoles y viernes |
| | Tenis niños 5-10 años grupo B | Jessica y Jesús | 17:00 | Miércoles y viernes |

| SALÓN | ACTIVIDAD | INSTRUCTOR | HORARIO | DÍA |
|---|---|---|---|---|
| Alberca Semiolímpica | Natación entrenamiento adultos | Jorge | 8:30 | Martes y jueves |
| | Natación niños Grupo A | Varios | 16:00 | Martes y Jueves |
| | Natación niños Grupo A | Varios | 17:00 | Martes y Jueves |
| | Natación niños Grupo A | Varios | 18:00 | Martes y Jueves |
| | Natación niños Grupo B | Varios | 16:00 | Miércoles y Viernes |
| | Natación niños Grupo B | Varios | 17:00 | Miércoles y Viernes |
| | Natación niños Grupo B | Varios | 18:00 | Miércoles y Viernes |
| | Edades de 4 a 12 años | | | |
| Fútbol | Adultos | Jorge | 19:00 | Martes y jueves |
| | Clínica Niños 7-8 años mixto | Jorge y Asir | 16:00 | Martes y Jueves |
| | Clínica Niños 9-11 años femenil | Jorge y Asir | 17:00 | Martes y Jueves |
| | Clínica Niños 5-6 años | Jorge | 18:00 | Martes y Jueves |
| Cancha usos múltiples | Juegos deportistas 5-8 años | Jorge | 17:00 | Miércoles y viernes |
| | Juegos deportistas 9-12 años | Jorge | 18:00 | Miércoles y viernes |
| | Voleibol adultos | Jorge | 19:00 | Miércoles |

| Ludoteca | ACTIVIDAD | INSTRUCTOR | HORARIO | DÍA |
|---|---|---|---|---|
| | Actividad libre | Juliana | 9:00-13:00 | Martes a Viernes |
| | Bienvenida | Juliana | 15:00 | Martes a viernes |
| | Huerto | Juliana | 16:00 | Miércoles y Viernes |
| | Kids pilates | Cynthia | 17:00 | Miércoles y viernes |
| | Taller de Lectura | Juliana | 17:00 | Miércoles |
| | Música, juegos rondas | Irma | 17:00 | Viernes |
| | Taller de música | Irma | 18:00 | Martes, jueves y viernes |
| | Actividad libre | Irma | 18:00 | Miércoles |
| | Actividad libre | Irma | 19:00 | Martes, jueves y viernes |
| | Huerto | Irma | 10:00 | Sábado |
| | Taller de Lectura | Irma | 11:00 | Sábado |
| | Actividad libre | Irma | 12:00-14:00 | Sábado |
| | Edades de 4 a 9 años | | | |

**Horarios sujetos a cambios y necesidades.*