

POLIDEPORTIVO DEHESA DE NAVALCARBÓN

Bonodeporte Premium del 25 de enero al 21 de junio del 2026



UN DOMINGO AL MES					UN DOMINGO AL MES					
	SALA 1	SALA 2	SALA CICLO	SALA PILATES	DOMINGOS 2026 (HASTA JUNIO)					
8:00					25 de enero	15 de febrero	15 de marzo	19 de abril		
					17 de mayo	21 de junio				
9:00	BODY PAMP, BODY TÓNIC, HITT ... 9:00-09:45		CICLO 9:00-9:45		CARDIO					
10:00	LATIN DANCE, STREET DANCE, STEP, AERÓBIC... 10:00-10:45		CUERPO Y MENTE 10:00-10:45		CICLO VIRTUAL					
					FUERZA					
11:00	STRETCHING 10:45-11:30		SUSPENSIÓN+CORE 11:00-11:45		CUERPO Y MENTE					
12:00										