



Cronograma de actividades

POLIDEPORTIVO LA TORCAZA (BRANDSEN Y PRINGLES)



ACTIVIDADES	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
ZUMBA	9:30 y 20hs		9:30 y 20hs		9:30 y 20hs
YOGA	8:30 y 9:30hs	18hs	8:30 y 9:30hs	18hs	10:30hs
YOGA TERAPÉUTICO		10:30hs		10:30hs	
ENTRENAMIENTO FUNCIONAL	8:30 y 9:30hs		8:30 y 9:30hs 18:30 y 19:30hs		8:30 y 9:30hs 18:30 y 19:30hs
BICICLETA FIJA	19 y 20hs	8:30 y 9:30hs 19 y 20hs		8:30 y 9:30hs 19 y 20hs	
TENIS		8:30 y 18:30hs		8:30 y 18:30hs	
CHAIU DO KWAN			19hs		19hs

ESCUELAS DE NATACIÓN - POLIDEPORTIVO LA TORCAZA

(BRANDSEN Y PRINGLES)



ACTIVIDADES	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
AQUAGYM	12 y 19hs		12 y 19hs		12 y 19hs
NATACIÓN 3 a 5 años		12hs		12hs	
NATACIÓN 6 y 7 años		13hs		13hs	
NATACIÓN 6 y 7 años (avanzado)					13hs
NATACIÓN 8 y 9 años	12hs		12hs		
NATACIÓN 8 y 9 años (avanzado)					12hs
NATACIÓN 10 a 12 años		13hs		13hs	
NATACIÓN 10 a 12 años (avanzado)					13hs



ESCUELAS DE NATACIÓN - POLIDEPORTIVO LA TORCAZA

(BRANDSEN Y PRINGLES)



ACTIVIDADES	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
NATACIÓN 13 a 17 años	13hs		13hs		
NATACIÓN Adultos nivel inicial	19hs	19hs		19hs	
NATACIÓN Adultos nivel inicial/intermedio	13hs	12hs	13hs y 19hs	12hs	13hs
NATACIÓN Adultos nivel intermedio		19hs		19hs	
NATACIÓN Adultos nivel intermedio (pileta profunda)					19hs
NATACIÓN Adultos nivel avanzado		19hs		19hs	
NATACIÓN Adultos nivel avanzado (pileta profunda)	12 y 19hs	13hs	12 y 19hs	13hs	12 y 19hs

CIC BARRIO NUEVO (ALSINA 4349)



ACTIVIDADES	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
CHAIU-DO-KWAN		19hs		19hs	
AQUAGYM		12:30 y 18:30hs		12:30 y 18:30hs	
ESCUELA DE NATACIÓN INTEGRADA (3 A 5 AÑOS)	12:30hs		12:30hs		12:30hs
ESCUELA DE NATACIÓN ADULTOS	18:30hs		18:30hs		18:30hs



CDS LA TORCACITA (H. QUIROGA 4401)



ACTIVIDADES	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
ZUMBA		17hs		17hs	
YOGA	8:30hs				8:30hs
ENTRENAMIENTO FUNCIONAL		10hs			10hs
CHAIU-DO-KWAN			19hs		19hs



POLIDEPORTIVO SAN ALBERTO (GRECIA 2640)



ACTIVIDADES	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
YOGA	16hs	10:30hs	16hs	10:30hs	
YOGA TERAPÉUTICO	9hs		18hs		
ENTRENAMIENTO FUNCIONAL	8:30hs		8:30hs		
ACONDICIONAMIENTO FÍSICO	20hs	20hs		20hs	
BICICLETA FIJA	9:30hs y 10:30hs				9:30hs y 10:30hs
CHAIU DO KWAN			19hs		19hs
AEROBOX	19hs	19hs		19hs	
ENTRENAMIENTO DEPORTIVO		19hs		19hs	

CDS JUANA AZURDUY (HAITÍ 3475)



ACTIVIDADES	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
YOGA		8:30hs		8:30hs	
YOGA TERAPÉUTICO	10:30hs				
ENTRENAMIENTO FUNCIONAL			9hs		9hs

PROCREAR

ENTRENAMIENTO FUNCIONAL	8:30hs		8:30hs		
-------------------------	--------	--	--------	--	--



CDS SAN ANTONIO (OLIVERA 2160)



ACTIVIDADES	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
YOGA	10:30hs		10:30hs		
YOGA TERAPÉUTICO		9hs		9hs	
ENTRENAMIENTO FUNCIONAL		8:30hs		8:30hs	
CHAIU-DO-KWAN		19hs			19hs

