

LUNES ASTELEHENA				MARTES ASTEARTEA				MIÉRCOLES ASTEAZKENA				JUEVES OSTEGUNA				VIERNES OSTIRALA			SÁBADO LARUNBATA
sala spinning (planta baja)	sala pequeña (planta baja)	tatamis (primer piso)	pilates (primer piso)	sala spinning (planta baja)	sala pequeña (planta baja)	tatamis (primer piso)	pilates (primer piso)	sala spinning (planta baja)	sala pequeña (planta baja)	tatamis (primer piso)	pilates (primer piso)	sala spinning (planta baja)	sala pequeña (planta baja)	tatamis (primer piso)	pilates (primer piso)	sala spinning (planta baja)	tatamis (primer piso)	pilates (primer piso)	sala spinning (planta baja)
SPINING 9:30-10:30							TONO PUMP 9:30-10:30	SPINING 9:30-10:30							PILATES 09:30-10:30				EVENTO 10:00 -11:00
							ACTIV + 60 AÑOS 10:30-12:00								ACTIV + 60 AÑOS 10:30-12:00				
SPINING 17:00-18:00			TONO PUMP 17:00-18:00			MULTIDEPORTE INFANTIL 17:00-18:00	TONO PUMP JOVEN 17:00-18:00	SPINING 17:00-18:00				TONO PUMP 17:00-18:00				TONO PUMP JOVEN 17:00-18:00			
		KICK BOX TRAINING 17:30-18:15					ZUMBA 18:00-19:00			KICK BOX TRAINING 17:30-18:15				MULTIDEPORTE INFANTIL 18:00-19:00 (en el polideportivo)	ZUMBA 18:00-19:00	SPINING 17:30-18:30			ZUMBA KIDS 17:30-18:30
SPINING 18:15-19:15	FUNCIONAL TRAINING 18:15-19:00		PILATES 18:15-19:15	SPINING 18:00-19:00	CORE-GAP 18:30-19:00			SPINING 18:15-19:15	FUNCIONAL TRAINING 18:15-19:00			PILATES 18:15-19:15	SPINING 18:00-19:00						ZUMBA JUNIOR 18:30-19:30
			TOTAL BALANCE 19:15-19:45	SPINING 19:00-20:00	HIPOPRESIVOS grupo 1 19:15-20:00		TONO PUMP 19:00-20:00					TOTAL BALANCE 19:15-19:45	SPINING 18:00-19:00		HIPOPRESIVOS grupo 2 19:15-20:00	TONO PUMP 19:00-20:00	SPINING 18:30-19:30		
SPINING 19:30-20:30			CROSS TRAINING 20:00-20:45	SPINING 20:00-21:00	CORE STRETCHING 20:00-20:30	PILATES 20:00-21:00		SPINING 19:30-20:30				CROSS TRAINING 20:00-20:45	SPINING 20:00-21:00	CORE STRETCHING 20:00-20:30	YOGUILATES 20:00-21:00				ZUMBA 18:30-19:30
			CROSS TRAINING 20:45-21:30									CROSS TRAINING 20:45-21:30							

LAGUNAK SE RESERVA EL DERECHO DE REALIZAR MODIFICACIONES EN LAS SESIONES, HORARIOS Y AFORO DE LAS CLASES EN FUNCIÓN DE LA ASISTENCIA Y DE LA NORMATIVA VIGENTE
SAIO, ORDUTEGI ETA KLASEEN EDUKIERAN ALDAKETAK EGITEKO ESKUBIDEA GORDETZEN DU LAGUNAK-EK, INSKRIPZIOEN, BERTARATZEAREN ETA UNE HORRETAN INNDARREAN DAGOEN

BONO ACTIVO +16 años	Actividades que incluye el Bono Activo (*) Bono Aktiboak barne hartzen dituen jarduerak	ZONA INFANTIL (Multideporte 5 a 10 años. Zumba kids 6 a 12 años)	Actividades fuera del Bono Activo. Grupos cerrados Jarduerak Bono Aktibotik kanpo
ZONA SALUD Y BIENESTAR +16 años	Actividades fuera del Bono Activo. Grupos cerrados Jarduerak Bono Aktibotik kanpo	ZONA JOVEN (Tono pump 12-16 años. Kick box 12 a 18 años. Zumba junior 12 a 16 años)	Actividades fuera del Bono Activo. Grupos cerrados Jarduerak Bono Aktibotik kanpo

* Clases y horas sujetos a cambios en función del nº de participantes.