DESDE 1970
LA GALERA
CLUB DE CAMPO

ACTIVIDADES DEL GIMNASIO DEL CLUB DE CAMPO LA GALERA

DESDE 1970
LA GALERA
CLUB DE CAMPO

LUNES

SALA 1 GIMNASIO	SALA 2 MÁQUINAS	SALA 3 CICLING	SALA 4 VESTUARIOS
	ENTRENAMIENTO PERSONAL 09:30 A 15:00 DANIEL		FISIOTERAPIA 09:30 A 15:00 DANIEL
YOGA 10:30 A 11:30 ROCIO			
GOLF FITNESS 12:00 A 15:30 CARMEN	FITNESS 15:30 A 16:30 DANIEL		
YOGA 17:00 A 18:00 ROCIO			
PILATES 18:30 A 19:30 CHARLY	MUSCULACIÓN 18:00 A 19:00 ANTONIO		
ESCUELA DE ESPALDA 19:30 A 20:30 CHARLY		SPINNING 19:00 A 20:00 ANTONIO	
		SPINNING 20:00 A 21:00 ANTONIO	

MARTES

SALA 1 GIMNASIO	SALA 2 MÁQUINAS	SALA 3 CICLING	SALA 4 VESTUARIOS
GIMNASIA MANTENIMIENTO 11:30 A 12:30 ROCIO			
GOLF FITNESS 15:30 A 19:30 CARMEN	ENTRENAMIENTO PERSONAL 16:00 A 19:30 DANIEL		FISIOTERAPIA 16:00 A 19:30 DANIEL
HIIT 19:30 A 20:30 DANIEL			
HIIT 20:30 A 21:30 DANIEL			

MIÉRCOLES

SALA 1 GIMNASIO	SALA 2 MÁQUINAS	SALA 3 CICLING	SALA 4 VESTUARIOS
YOGA 10:30 A 11:30 ROCIO	ENTRENAMIENTO PERSONAL 09:30 A 15:00 DANIEL		FISIOTERAPIA 09:30 A 15:00 DANIEL
PILATES 11:30 A 12:30 CHARLY			
ESCUELA DE ESPALDA 12:30 A 13:30 CHARLY	FITNESS 15:30 A 16:30 DANIEL		
YOGA 17:00 A 18:00 ROCIO			
PILATES 18:30 A 19:30 CHARLY	MUSCULACIÓN 18:00 A 19:00 ANTONIO		
ESCUELA DE ESPALDA 19:30 A 20:30 CHARLY		SPINNING 19:00 A 20:00 ANTONIO	
		SPINNING 20:00 A 21:00 ANTONIO	

JUEVES

SALA 1 GIMNASIO	SALA 2 MÁQUINAS	SALA 3 CICLING	SALA 4 VESTUARIOS
GIMNASIA MANTENIMIENTO 11:30 A 12:30 ROCIO			
GOLF FITNESS 15:30 A 19:30 CARMEN	ENTRENAMIENTO PERSONAL 16:00 A 19:30 DANIEL		FISIOTERAPIA 16:00 A 19:30 DANIEL
HIIT 19:30 A 20:30 DANIEL			
HIIT 20:30 A 21:30 DANIEL			

VIERNES

SALA 1 GIMNASIO	SALA 2 MÁQUINAS	SALA 3 CICLING	SALA 4 VESTUARIOS
PILATES 11:30 A 12:30 CHARLY			
ESCUELA DE ESPALDA 12:30 A 13:30 CHARLY			
	ENTRENAMIENTO PERSONAL (SUJETO A DISPONIBILIDAD DEL PROFESOR) DANIEL		
	MUSCULACIÓN 18:00 A 19:00 ANTONIO		FISIOTERAPIA (SUJETO A DISPONIBILIDAD DEL PROFESOR) DANIEL

SÁBADO

SALA 3 CICLING
SPINNING 10:00 A 11:00 ANTONIO
SPINNING 11:00 A 12:00 ANTONIO