

**SALA 1 Y 2: HORARIO ARTES MARCIALES**

	lunes	Martes	miércoles	jueves	viernes	sábado
10.00						<b>KICK BOXING</b>
10.30	Jiu jitsu	Kick Boxing	Jiu jitsu	Kick Boxing	Kick Boxing	10 a 13h Entreno libre Entrenos personales
15.30	Kick Boxing		Kick Boxing		Kick Boxing	
19.00	juniors avanzados	Jiu jitsu	juniors avanzados	Jiu jitsu	<b>17.00 juniors 19.00h Sparring (todas las modalidades) Jiu jitsu</b>	
		Juniors basicos		Juniors basicos		
20.00	Kick boxing (avanzado)	Kick boxing (basicos)	Kick Boxing (avanzado)	Kick boxing (basicos)		
	Jiu jitsu		Jiu jitsu			

**SALA 1 Y 2: HORARIO INFANTIL**

	lunes	Martes	miércoles	jueves	viernes	sábado
17.15	Superkids (3 años)	Superkids (4 y 5 años)	Superkids (3 años)	Superkids (4 y 5 años)		Entreno equipo competición, preparación cinturón negro y seminarios especiales
	Kids basicos		Kids basicos			
18.15	Kids avanzados	Kids Basicos	Kids avanzados	Kids Basicos	<b>18.00 Intermedios y avanzados</b>	

**SALA 3: HORARIO BOXEO Y FITBOXING**

	lunes	Martes	miércoles	jueves	viernes	sábado
09.30		fitboxing		fitboxing		10.00 a 13h
10.30			<b>BOXEO</b>		<b>BOXEO</b>	Entreno libre
17.00	<b>BOXEO junior</b>		<b>BOXEO junior</b>			
18.00	fitboxing	<b>BOXEO</b>	fitboxing	<b>BOXEO</b>		Entrenos personales
19.00		fitboxing		fitboxing	sparring	
20.00	<b>BOXEO</b>	BOXEO AVANZADO	<b>BOXEO</b>	BOXEO AVANZADO		

**SALA 4: HORARIO FITNESS**

	lunes	Martes	miércoles	jueves	viernes	sábado
8.30	yoga		yoga			10.00 a 13h
9.30	Cross training		Cross training		Cross training	Entreno libre
17.15	HIIT	HIIT	HIIT	HIIT		
18.15	HIIT	HIIT	HIIT	HIIT	HIIT	Entrenos personales
19.00	HIIT		HIIT		Cross training	
	Cross training	Cross training	Cross training	Cross training		
20.00	Cross training		Cross training			