

ACTIVIDADES Y HORARIOS

ENERO Y FEBRERO
11/1 - 26/2

LUNES, MIÉRCOLES Y VIERNES

09.00 a 10.00	Pilates + cycling
09.00 a 19.00	Sala de entrenamiento
12.30 a 13.15	Básquet tiro
13.15 a 14.00	Tenis Básquet
14.00 a 14.45	Voley
14.15 a 15.00	Natación
14.45 a 15.30	Tenis Básquet
15.00 a 15.45	Entrenamiento local
15.15 a 16.15	Básquet Fisioterapeuta en sala
15.30 a 16.15	Gimnasia artística Gimnasia y deporte
16.15 a 17.00	Voley Gimnasia artística Entrenamiento funcional
17.00 a 17.45	Básquet Entrenamiento local
17.15 a 18.00	Ciclismo indoor Entrenamiento funcional
17.30 a 18.10	Natación
17.45 a 18.30	Gimnasia artística
18.15 a 19.00	Tenis  intermedio/avanzado
18.30 a 19.10	Tenis principiante
18.30 a 19.15	Gimnasia y deporte
19.15 a 20.00	Fútbol 
19.30 a 20.15	Natación

MARTES Y JUEVES

07.00 a 08.00	Entrenamiento local
08.15 a 09.00	Pilates
09.00 a 15.30	Sala de entrenamiento
11.00 a 11.45	Básquet tiro
11.15 a 12.00	Basquet tiro
12.30 a 13.00	Básquet tiro
13.15 a 14.00	Gimnasia y deportes
14.15 a 15.15	Natación
14.45 a 15.30	Voley
15.30 a 16.15	Entrenamiento
15.45 a 16.30	Gimnasia y deporte
16.00 a 16.45	Natación principiante
16.30 a 17.15	Entrenamiento
17.15 a 19.30	Sala de entrenamiento
17.30 a 18.10	Tenis  principiante
17.30 a 18.15	Ciclismo indoor
17.45 a 18.30	Fútbol 
18.15 a 19.00	Natación
18.45 a 19.30	Voley

SÁBADOS

09.00 a 13.00	Iniciación a sala
11.30 a 12.15	Fútbol 
12.15 a 13.00	Natación
15.00 a 18.00	Básquet tiro

VERANO EN
TABARÉ 

IMPORTANTE



Actividades de piscina
máximo una por día.



Si la primera actividad es en piscina
llegar 30 min. antes.



Llegada al club
15 min. antes del inicio de la primera actividad.



Uso de vestuarios
contemplar un mínimo de 15 min. antes y
15 min. después de cada actividad de piscina.



Actividades que se **suspenden por lluvia**

13 A 14
AÑOS