

# HORARIOS ACTIVIDADES ACUÁTICAS



HORA	LUNES, MIÉRCOLES Y VIERNES	MARTES Y JUEVES	SÁBADOS	
7:30	ADULTOS AVANZADOS (45 MIN)	ADULTOS AVANZADOS (45 MIN)		
	NADO LIBRE	NADO LIBRE		
	ZONA DE HIDROTERAPIA Y JACUZZI	ZONA DE HIDROTERAPIA Y JACUZZI		
8:15	ADULTOS INICIACIÓN (45 MIN)	ADULTOS AVANZADOS (45 MIN)		
	ADULTOS AVANZADOS (45 MIN)			
	NADO LIBRE	NADO LIBRE		
	ZONA DE HIDROTERAPIA Y JACUZZI	ZONA DE HIDROTERAPIA Y JACUZZI		
9:00	ADULTOS INICIACIÓN (45 MIN)	ADULTOS AVANZADOS (45 MIN)		NADO LIBRE
	ADULTOS AVANZADOS (45 MIN)			
	NADO LIBRE	NADO LIBRE		ZONA DE HIDROTERAPIA Y JACUZZI
	ZONA DE HIDROTERAPIA Y JACUZZI	ZONA DE HIDROTERAPIA Y JACUZZI		
9:45	ADULTOS INICIACIÓN (45 MIN)	ADULTOS AVANZADOS (45 MIN)		NADO LIBRE
	ADULTOS AVANZADOS (45 MIN)			
	NADO LIBRE	NADO LIBRE	ZONA DE HIDROTERAPIA Y JACUZZI	
	ZONA DE HIDROTERAPIA Y JACUZZI	ZONA DE HIDROTERAPIA Y JACUZZI		
10:30	AQUAGYM (45 MIN)	ADULTOS AVANZADOS (45 MIN)	NADO LIBRE	
	NADO LIBRE	NADO LIBRE		
	ZONA DE HIDROTERAPIA Y JACUZZI	AQUATRaining	ZONA DE HIDROTERAPIA Y JACUZZI	
	ZONA DE HIDROTERAPIA Y JACUZZI	ZONA DE HIDROTERAPIA Y JACUZZI		
11:15	ADULTOS AVANZADOS (45 MIN)	ADULTOS AVANZADOS (45 MIN)	NADO LIBRE	
	NADO LIBRE	NADO LIBRE		
	ZONA DE HIDROTERAPIA Y JACUZZI	ZONA DE HIDROTERAPIA Y JACUZZI		
12:00	ADULTOS AVANZADOS (45 MIN)	ADULTOS AVANZADOS (45 MIN)	NADO LIBRE	
	NADO LIBRE	NADO LIBRE		
	ZONA DE HIDROTERAPIA Y JACUZZI	ZONA DE HIDROTERAPIA Y JACUZZI		

HORA	LUNES, MIÉRCOLES Y VIERNES	MARTES Y JUEVES	SÁBADOS
12:45	ADULTOS AVANZADOS (45 MIN)	ADULTOS AVANZADOS (45 MIN)	NADO LIBRE
	NADO LIBRE	NADO LIBRE	ZONA DE HIDROTERAPIA Y JACUZZI
	ZONA DE HIDROTERAPIA Y JACUZZI	ZONA DE HIDROTERAPIA Y JACUZZI	
13:30	ADULTOS AVANZADOS (45 MIN)	ADULTOS AVANZADOS (45 MIN)	
	NADO LIBRE	NADO LIBRE	
	ZONA DE HIDROTERAPIA Y JACUZZI	ZONA DE HIDROTERAPIA Y JACUZZI	
14:15	ADULTOS AVANZADOS (45 MIN)	ADULTOS AVANZADOS (45 MIN)	
	NADO LIBRE	NADO LIBRE	
	ZONA DE HIDROTERAPIA Y JACUZZI	ZONA DE HIDROTERAPIA Y JACUZZI	
15:00	ADULTOS AVANZADOS (45 MIN)	ADULTOS AVANZADOS (45 MIN)	
	NADO LIBRE	NADO LIBRE	
	ZONA DE HIDROTERAPIA Y JACUZZI	ZONA DE HIDROTERAPIA Y JACUZZI	
15:45	ADULTOS AVANZADOS (45 MIN)	ADULTOS AVANZADOS (45 MIN)	
	NADO LIBRE	NADO LIBRE	
	ZONA DE HIDROTERAPIA Y JACUZZI	ZONA DE HIDROTERAPIA Y JACUZZI	
16:30	MATRONATACIÓN (45 MIN)	MATRONATACIÓN (45 MIN)	
	NIÑOS INICIACIÓN (45 MIN)	NIÑOS INICIACIÓN (45 MIN)	
	NIÑOS MEDIO (45 MIN)	NIÑOS MEDIO (45 MIN)	
	NIÑOS AVANZADO (45 MIN)	NIÑOS AVANZADO (45 MIN)	
	NADO LIBRE	NADO LIBRE	
	ZONA DE HIDROTERAPIA Y JACUZZI	ZONA DE HIDROTERAPIA Y JACUZZI	

HORA	LUNES, MIÉRCOLES Y VIERNES	MARTES Y JUEVES	SÁBADOS
17:15	MATRONATACIÓN (45 MIN)	MATRONATACIÓN (45 MIN)	
	NIÑOS INICIACIÓN (45 MIN)	NIÑOS INICIACIÓN (45 MIN)	
	NIÑOS MEDIO (45 MIN)	NIÑOS MEDIO (45 MIN)	
	NIÑOS AVANZADO (45 MIN)	NIÑOS AVANZADO (45 MIN)	
	NADO LIBRE	NADO LIBRE	
	ZONA DE HIDROTERAPIA Y JACUZZI	ZONA DE HIDROTERAPIA Y JACUZZI	
18:00	MATRONATACIÓN (45 MIN)	MATRONATACIÓN (45 MIN)	
	NIÑOS INICIACIÓN (45 MIN)	NIÑOS INICIACIÓN (45 MIN)	
	NIÑOS MEDIO (45 MIN)	NIÑOS MEDIO (45 MIN)	
	NIÑOS AVANZADO (45 MIN)	NIÑOS AVANZADO (45 MIN)	
	NADO LIBRE	NADO LIBRE	
	ZONA DE HIDROTERAPIA Y JACUZZI	ZONA DE HIDROTERAPIA Y JACUZZI	
18:45	ADULTOS INICIACIÓN (45 MIN)	ADULTOS INICIACIÓN (45 MIN)	
	NADO LIBRE	NADO LIBRE	
	ZONA DE HIDROTERAPIA Y JACUZZI	ZONA DE HIDROTERAPIA Y JACUZZI	
	NATACIÓN JÓVENES	AQUAGYM (45 MIN)	
19:30	ADULTOS AVANZADOS (45 MIN)	ADULTOS AVANZADOS (45 MIN)	
	NADO LIBRE	NADO LIBRE	
	ZONA DE HIDROTERAPIA Y JACUZZI	ZONA DE HIDROTERAPIA Y JACUZZI	
20:15	ADULTOS AVANZADOS (45 MIN)	ADULTOS AVANZADOS (45 MIN)	
	NADO LIBRE	NADO LIBRE	
	ZONA DE HIDROTERAPIA Y JACUZZI	ZONA DE HIDROTERAPIA Y JACUZZI	

**Todos los horarios y actividades que figuran en el programa son susceptibles de modificación según la demanda y las necesidades del centro municipal de entrenamiento deportivo de arucas.**