

2025 HORARIOS ACTIVIDADES ACUÁTICAS



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

2025 HORARIOS ACTIVIDADES ACUÁTICAS



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	
13:00	ZONA DE HIDROTERAPIA Y JACUZZI	NATACIÓN EMBARAZADAS	
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 INICIACIÓN (45 MIN)	ADULTOS INICIACIÓN (45 MIN)	
	NADO LIBRE	NADO LIBRE	
	ZONA DE HIDROTERAPIA Y JACUZZI	ZONA DE HIDROTERAPIA Y JACUZZI	
16:30	MATRONATACIÓN (45 MIN)	MATRONATACIÓN (45 MIN)	
	NATACIÓN INFANTIL	NATACIÓN INFANTIL	
	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.

2025 HORARIOS ACTIVIDADES ACUÁTICAS



HORA	LUNES, MIÉRCOLES Y VIERNES	MARTES Y JUEVES	SÁBADOS
17:15	MATRONATACIÓN (45 MIN)	MATRONATACIÓN (45 MIN)	
	NATACIÓN INFANTIL	NATACIÓN INFANTIL	
	NADO LIBRE	NADO LIBRE	
	ZONA DE HIDROTERAPIA Y JACUZZI	ZONA DE HIDROTERAPIA Y JACUZZI	
18:00	MATRONATACIÓN (45 MIN)	MATRONATACIÓN (45 MIN)	
	NATACIÓN INFANTIL	NATACIÓN INFANTIL	
	NADO LIBRE	NADO LIBRE	
	ZONA DE HIDROTERAPIA Y JACUZZI	ZONA DE HIDROTERAPIA Y JACUZZI	
18:45	ADULTOS INICIACIÓN (45 MIN)	ADULTOS INICIACIÓN (45 MIN)	
	NATACIÓN JÓVENES INICIACIÓN (45 MIN)	AQUAGYM (45 MIN)	
	NATACIÓN JÓVENES AVANZADO (45 MIN)		
	NADO LIBRE	NADO LIBRE	
	ZONA DE HIDROTERAPIA Y JACUZZI	ZONA DE HIDROTERAPIA Y JACUZZI	
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.