



IRAILA | IKASTAROAK

SEPTIEMBRE | CURSOS

ARETOKO JARDUERAK | ACTIVIDADES DE SALA



SPINNING

<i>Astelehena-Asteazkena</i> Lunes-Miércoles	10:45, 14:45, 18:00, 19:00, 20:00
<i>Asteartea-Osteguna</i> Martes-Jueves	14:45, 19:00, 20:00
<i>Ostirala</i> Viernes	18:00
<i>Larunbata</i> Sábado	10:30



AEROBIC

<i>Astelehena-Asteazkena</i> Lunes-Miércoles	09:30
<i>Asteartea-Osteguna</i> Martes-Jueves	20:30
<i>Ostirala</i> Viernes	09:30



PILATES

<i>Astelehena-Asteazkena</i> Lunes-Miércoles	15:00, 17:30, 18:30
<i>Asteartea-Osteguna</i> Martes-Jueves	09:30, 13:45, 18:00, 20:00

FITNESS

Astelehenetik Larunbatera
De lunes a sábado



IRRISTAKETA | PATINAJE

<i>Astelehena-Asteazkena</i> Lunes-Miércoles	19:30 (N1), 20:30 (N0)
---	------------------------

DANTZAK-BAILES

<i>Asteartea-Osteguna</i> Martes-Miércoles	19:30 (N1)
---	------------

BODY POWER

<i>Astelehena-Asteazkena</i> Lunes-Miércoles	19:00
<i>Asteartea-Osteguna</i> Martes-Jueves	18:45

STRETCHING

<i>Asteazkena</i> Miércoles	20:00
<i>Osteguna</i> Jueves	17:00

IGERILEKUKO JARDUERAK | ACTIVIDADES DE PISCINA



JAIEBERRIENTZAKO IGERIKETA | NATACIÓN PARA BEBÉS

Larunbata **11:30**
Sábado



IGERIKETA EGOKITZAPENA (3-4 URTE) | NATACIÓN ADAPTACIÓN (3-4 AÑOS)

Asteartea-Osteguna **18:00**
Martes-Jueves



IGERIKETA HASTAPENA (4-7 URTE) | NATACIÓN INICIACIÓN (4-7 AÑOS)

Astelehena-Asteazkena **16:30, 17:15, 18:00**
Lunes-Miércoles

Asteartea-Osteguna **17:15**
Martes-Jueves



IGERIKETA HOBEEKUNTZA (4-7 URTE) | NATACIÓN PERFECCIONAMIENTO (4-7 AÑOS)

Astelehena-Asteazkena **17:15, 18:00**
Lunes-Miércoles

Asteartea-Osteguna **17:15**
Martes-Jueves



IGERIKETA ESKOLA (4-7 URTE) | ESCUELA NATACIÓN (4-7 AÑOS)

Astelehena-Asteazkena **17:15**
Lunes-Miércoles

Asteartea-Osteguna **17:15, 18:00**
Martes-Jueves



IGERIKETA HELDUAK HASTAPENA (+ 16 URTE) | NATACIÓN ADULTOS INICIACIÓN (+16 AÑOS)

Astelehena-Asteazkena **20:15**
Lunes-Miércoles



AQUAGYM

Astelehena-Asteazkena **19:00**
Lunes-Miércoles

Asteartea-Osteguna **08:15, 19:00**
Martes-Jueves

Astelehena **20:00**
Lunes



ZUZENDURIKO IGERIKETA | NATACIÓN DIRIGIDA

Astelehena-Ostirala **18:00 (8-13 añ.), 18:00 (Av.)**
Lunes-Viernes

Asteartea-Osteguna **18:00, 18:45 (>9 añ.)**
Martes-Jueves