

Curso 2026/27

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
6.00		PILATES				9.00 STRETCHING	STRETCHING
7.00		PILATES		PILATES		10.10 BALLETFIT	BALLETFIT
8.00		PILATES		PILATES	BALLETFIT	11.20	
9.10	HIPOPILATES	BALLETFIT	YOGA 9.30-11.00	BALLETFIT	BALLETFIT	12.30 PILATES	PILATES
10.15	PILATES	BALLETFIT		BALLETFIT	PILATES		
11.20	BALLETFIT	PILATES	BALLETFIT	PILATES	CONTEMPO		
12.30		STRETCHING		STRETCHING			
14.00	PILATES		PILATES				
14.10		BALLETFIT		BALLETFIT			
15.45	PILATES	BALLETFIT	BALLETFIT	PILATES	PILATES		
16.50		BALLETFIT	PILATES	BALLETFIT			
17.00	PILATES				PILATES		
18.05	BALLETFIT	STRETCHING	BALLETFIT	BALLETFIT	BALLETFIT		
19.10	BALLETFIT	BALLETFIT	BALLETFIT	BALLETFIT	BALLETFIT		
20.20	BALLETFIT	PILATES	BALLETFIT	PILATES	HIPOPILATES		
21.30		PILATES		PILATES			

PILATES
Fortalece, alinea y transforma tu cuerpo con un método que mejora tu postura, tonifica la musculatura profunda y te hace sentir más fuerte y equilibrado.

STRETCHING
Gana flexibilidad, libera tensiones y recupera el bienestar de tu cuerpo a través de estiramientos conscientes y revitalizantes.

BALLETFIT
La elegancia del ballet y la intensidad del fitness se unen para esculpir tu figura, mejorar tu resistencia y potenciar tu energía.

HIPOPILATES
Activa tu core, mejora tu postura y fortalece el suelo pélvico con una combinación innovadora de Pilates e hipopresivos.

BALLETFIT | ADULTOS INICIACIÓN
Descubre la magia del ballet desde cero: aprende técnica, coordinación, equilibrio y expresión en un ambiente inspirador y accesible.

DANZA CONTEMPORÁNEA
Muévete con libertad, conecta con tus emociones y desarrolla tu creatividad a través de una danza dinámica, expresiva y llena de posibilidades.