

CONCEJALÍA DE DEPORTES SAN JAVIER

VACACIONES NAVIDAD 21-22 – AGRUPACIÓN DE SERVICIOS - ACTIVIDADES DIRIGIDAS EN SECO DE NIÑOS Y ADULTOS

POLIDEPORTIVO MUNICIPAL DE SAN JAVIER

LUNES 27 DE DICIEMBRE DE 2021 – JORNADA DE MAÑANA – ACTIVIDADES PARA ADULTOS			
8.00 – 9.00	KILLER BODY + WORKOUT	SALA MADERA	
9.20 – 10.20	INDOOR WALKING 1	SALA INDOOR	
9.10 – 10.10	PILATES 8 + PILATES 1 + PILATES 5 LA RIBERA	SALA CRISTAL	
10.30 – 11.30	TRX 1 + WORKOUT	SALA MADERA	
9.15 – 10.15	ACOND. FÍSICO 1 + ACOND. FÍSICO GRUPOS 2 Y 3 DE LA RIBERA	PABELLÓN AUXILIAR	
10.30 – 11.30	GRUPOS ACTIVIDAD FÍSICA PARA MAYORES	PABELLÓN AUXILIAR	
12.00 – 13.00	MAYORES CENTRO DE DÍA	CENTRO DE DÍA	
LUNES 27 DE DICIEMBRE DE 2021 – JORNADA DE TARDE - ACTIVIDADES PARA JÓVENES Y NIÑOS			
16.00 – 17.00	DANZA 1 + DANZA 2 + MINIDANZA LA RIBERA + DANZA 5 LA RIBERA	SALA CRISTAL	
17.15 – 18.15	DANZA 3 + DANZA 4 + DANZA 6 LA RIBERA + RITMO A TU RITMO	SALA CRISTAL	
16.30 – 17.15	PSICOMOTRICIDAD 1 + PSICOMOTRICIDAD 2	TATAMI PABELLÓN	
17.30 – 18.30	MINIPILATES	TATAMI PABELLÓN	
16.15 – 17.15	WORKOUT JUNIOR	SALA MADERA	
17.30 – 18.30	PEQUESPORT MINI	SALA MADERA	
LUNES 27 DE DICIEMBRE DE 2021 – JORNADA DE TARDE – ACTIVIDADES PARA ADULTOS			
16.30 – 17.30	WORKOUT ADULTOS	CÉSPED PISCINA	
18.00 – 19.00	CICLO INDOOR 1	SALA SPINNING	
19.30 – 20.30	INDOOR WALKING 2	SALA SPINNING	
19.00 – 20.00	WORKOUT ADULTOS	CÉSPED PISCINA	
20.50 – 21.50	WORKOUT ADULTOS	CÉSPED PISCINA	
18.30 – 19.30	DANZA ADULTOS + DANZA ADULTOS SAN JAVIER	SALA CRISTAL	
19.45 – 20.45	AERONDANCE 1 + AERONDANCE 2 + ZUMBA + AÉROBIC	SALA CRISTAL	
21.00 – 22.00	PILATES 7 + PILATES 3 + PILATES 4	SALA CRISTAL	

CONCEJALÍA DE DEPORTES SAN JAVIER

POLIDEPORTIVO MUNICIPAL DE SAN JAVIER

VACACIONES NAVIDAD 21-22 – AGRUPACIÓN DE SERVICIOS - ACTIVIDADES DIRIGIDAS EN SECO DE NIÑOS Y ADULTOS

MARTES 28 DE DICIEMBRE DE 2021 – JORNADA DE MAÑANA – ACTIVIDADES PARA ADULTOS			
8.00 – 9.00	PILATES 11	SALA CRISTAL	
9.15 – 10.15	PILATES MAYORES + AIR STRECHING	SALA CRISTAL	
9.00 – 10.00	WORKOUT ADULTOS + TRX 3	SALA DE MADERA	
9.20 – 10.20	CICLO INDOOR 2	SALA SPINNING	
10.15 – 11.15	BODYFITNESS 1 + WORKOUT ADULTOS	SALA DE MADERA	
10.30 – 11.30	GRUPOS ACTIVIDAD FÍSICA PARA MAYORES	PABELLÓN AUXILIAR	
12.00 – 13.00	ACTIVIDAD FÍSICA PARA MAYORES	CENTRO DIA SAN JAVIER	
MARTES 28 DICIEMBRE DE 2021 – JORNADA DE TARDE - ACTIVIDADES PARA NIÑOS Y JÓVENES			
17.30 – 18.30	MINIJUDO 1 + MINIJUDO 2 + LUCHA ESCOLAR	TATAMI PABELLÓN	
18.45 – 19.45	JUDO 1 + JUDO 2 + DEFENSA PERSONAL FEMENINA	TATAMI PABELLÓN	
MARTES 28 DICIEMBRE DE 2021 – JORNADA DE TARDE - ACTIVIDADES PARA JÓVENES Y ADULTOS			
16.00 – 17.00	PILATES 10 + PILATES BALLET	SALA CRISTAL	
17.15 – 18.15	PILATES 6 + PILATES 9	SALA CRISTAL	
18.30 – 19.30	TRX 2 + BODYFITNESS 2	SALA MADERA	
18.00 – 19.00	BOOTCAMP + WORKOUT	CAMPO MULTIDEPORTE	
19.30 – 20.30	PILATES 2 + PILATES 12	SALA CRISTAL	
20.50 – 21.50	CICLO 3 + CICLO 4	SALA CICLO	
16.00 – 17.00	WORKOUT ADULTOS	CÉSPED PISCINA	

CONCEJALÍA DE DEPORTES SAN JAVIER

VACACIONES NAVIDAD 21-22 – AGRUPACIÓN DE SERVICIOS - ACTIVIDADES DIRIGIDAS EN SECO DE NIÑOS Y ADULTOS

POLIDEPORTIVO MUNICIPAL DE SAN JAVIER

MIÉRCOLES 29 DE DICIEMBRE DE 2021 – JORNADA DE MAÑANA – ACTIVIDADES PARA ADULTOS			
8.00 – 9.00	KILLER BODY + WORKOUT	SALA MADERA	
9.20 – 10.20	INDOOR WALKING 1	SALA INDOOR	
9.10 – 10.10	PILATES 8 + PILATES 1 + PILATES 5 LA RIBERA	SALA CRISTAL	
10.30 – 11.30	TRX 1 + WORKOUT	SALA MADERA	
9.15– 10.15	ACOND. FÍSICO 1 + ACOND. FÍSICO GRUPOS 2 Y 3 DE LA RIBERA	PABELLÓN AUXILIAR	
10.30 – 11.30	GRUPOS ACTIVIDAD FÍSICA PARA MAYORES	PABELLÓN AUXILIAR	
12.00 – 13.00	MAYORES CENTRO DE DÍA	CENTRO DE DÍA	
MIÉRCOLES 29 DE DICIEMBRE DE 2021 – JORNADA DE TARDE – ACTIVIDADES PARA NIÑOS Y JÓVENES			
16.00 – 17.00	DANZA 1 + DANZA 2 + MINIDANZA LA RIBERA + DANZA 5 LA RIBERA	SALA CRISTAL	
17.15 – 18.15	DANZA 3 + DANZA 4 + DANZA 6 LA RIBERA + RITMO A TU RITMO	SALA CRISTAL	
18.30 – 19.30	DANZA ADULTOS + DANZA ADULTOS SAN JAVIER	SALA CRISTAL	
19.45 – 20.45	AERONDANCE 1 + AERONDANCE 2 + ZUMBA + AÉROBIC	SALA CRISTAL	
21.00 – 22.00	PILATES 7 + PILATES 3 + PILATES 4	SALA CRISTAL	
16.30 – 17.15	PSICOMOTRICIDAD 1 + PSICOMOTRICIDAD 2	TATAMI PABELLÓN	
17.30 – 18.30	MINIPILATES	TATAMI PABELLÓN	
16.15 – 17.15	WORKOUT JUNIOR	SALA MADERA	
17.30 – 18.30	PEQUESPORT MINI	SALA MADERA	
MIÉRCOLES 29 DE DICIEMBRE DE 2021 – JORNADA DE TARDE – ACTIVIDADES PARA ADULTOS			
16.30 – 17.30	WORKOUT ADULTOS	CÉSPED PISCINA	
18.00 – 19.00	CICLO INDOOR 1	SALA SPINNING	
19.30 – 20.30	INDOOR WALKING 2	SALA SPINNING	
19.00 – 20.00	WORKOUT ADULTOS	CÉSPED PISCINA	
20.50 – 21.50	WORKOUT ADULTOS	CÉSPED PISCINA	

CONCEJALÍA DE DEPORTES SAN JAVIER

VACACIONES NAVIDAD 21-22 – AGRUPACIÓN DE SERVICIOS - ACTIVIDADES DIRIGIDAS EN SECO DE NIÑOS Y ADULTOS

POLIDEPORTIVO MUNICIPAL DE SAN JAVIER

JUEVES 30 DE DICIEMBRE DE 2021 – JORNADA DE MAÑANA – ACTIVIDADES PARA ADULTOS			
8.00 – 9.00	PILATES 11	SALA CRISTAL	
9.15 – 10.15	PILATES MAYORES + AIR STRECHING	SALA CRISTAL	
9.15 – 10.15	WORKOUT ADULTOS + TRX 3	SALA DE MADERA	
9.20 – 10.20	CICLO INDOOR 2	SALA SPINNING	
10.30 – 11.30	BODYFITNESS 1 + WORKOUT ADULTOS	SALA DE MADERA	
10.30 – 11.30	GRUPOS ACTIVIDAD FÍSICA PARA MAYORES	PABELLÓN AUXILIAR	
12.00 – 13.00	ACTIVIDAD FÍSICA PARA MAYORES	CENTRO DIA SAN JAVIER	
JUEVES 30 DE DICIEMBRE DE 2021 – JORNADA DE TARDE - ACTIVIDADES PARA NIÑOS Y JÓVENES			
17.30 – 18.30	MINIJUDO 1 + MINIJUDO 2 + LUCHA ESCOLAR	TATAMI PABELLÓN	
18.45 – 19.45	JUDO 1 + JUDO 2 + DEFENSA PERSONAL FEMENINA	TATAMI PABELLÓN	
JUEVES 30 DE DICIEMBRE DE 2021 – JORNADA DE TARDE			
16.00 – 17.00	PILATES 10 + PILATES BALLET	SALA CRISTAL	
17.15 – 18.15	PILATES 6 + PILATES 9	SALA CRISTAL	
18.30 – 19.30	TRX 2 + BODYFITNESS 2	SALA MADERA	
18.00 – 19.00	BOOTCAMP + WORKOUT	CAMPO MULTIDEPORTE	
19.30 – 20.30	PILATES 2 + PILATES 12	SALA CRISTAL	
20.50 – 21.50	CICLO 3 + CICLO 4	SALA CICLO	
16.00 – 17.00	WORKOUT ADULTOS	CÉSPED PISCINA	

CONCEJALÍA DE DEPORTES SAN JAVIER

VACACIONES NAVIDAD 21-22 – AGRUPACIÓN DE SERVICIOS - ACTIVIDADES DIRIGIDAS EN SECO DE NIÑOS Y ADULTOS

POLIDEPORTIVO MUNICIPAL DE SAN JAVIER

LUNES 3 DE ENERO DE 2022 - JORNADA DE MAÑANA – ACTIVIDADES PARA ADULTOS			
8.00 – 9.00	KILLER BODY + WORKOUT	SALA MADERA	
9.20 – 10.20	INDOOR WALKING 1	SALA INDOOR	
9.10 – 10.10	PILATES 8 + PILATES 1 + PILATES 5 LA RIBERA	SALA CRISTAL	
10.30 – 11.30	TRX 1 + WORKOUT	SALA MADERA	
9.15– 10.15	ACOND. FÍSICO 1 + ACOND. FÍSICO GRUPOS 2 Y 3 DE LA RIBERA	PABELLÓN AUXILIAR	
10.30 – 11.30	GRUPOS ACTIVIDAD FÍSICA PARA MAYORES	PABELLÓN AUXILIAR	
12.00 – 13.00	MAYORES CENTRO DE DÍA	CENTRO DE DÍA	
LUNES 3 DE ENERO DE 2022 - - JORNADA DE TARDE – ACTIVIDADES PARA JÓVENES Y NIÑOS			
16.00 – 17.00	DANZA 1 + DANZA 2 + MINIDANZA LA RIBERA + DANZA 5 LA RIBERA	SALA CRISTAL	
17.15 – 18.15	DANZA 3 + DANZA 4 + DANZA 6 LA RIBERA + RITMO A TU RITMO	SALA CRISTAL	
16.30 – 17.15	PSICOMOTRICIDAD 1 + PSICOMOTRICIDAD 2	TATAMI PABELLÓN	
17.30 – 18.30	MINIPILATES +PEQUESPORT	TATAMI PABELLÓN	
LUNES 3 DE ENERO DE 2022 - - JORNADA DE TARDE – ACTIVIDADES PARA ADULTOS			
16.30 – 17.30	WORKOUT ADULTOS	CÉSPED PISCINA	
18.00 – 19.00	CICLO INDOOR 1	SALA SPINNING	
19.30 – 20.30	INDOOR WALKING 2	SALA SPINNING	
20.50 – 21.50	WORKOUT ADULTOS	CÉSPED PISCINA	
18.30 – 19.30	DANZA ADULTOS + DANZA ADULTOS SAN JAVIER	SALA CRISTAL	
19.45 – 20.45	AERONDANCE 1 + AERONDANCE 2 + ZUMBA + AÉROBIC	SALA CRISTAL	
21.00 – 22.00	PILATES 7 + PILATES 3 + PILATES 4	SALA CRISTAL	

CONCEJALÍA DE DEPORTES SAN JAVIER

VACACIONES NAVIDAD 21-22 – AGRUPACIÓN DE SERVICIOS - ACTIVIDADES DIRIGIDAS EN SECO DE NIÑOS Y ADULTOS

POLIDEPORTIVO MUNICIPAL DE SAN JAVIER

MARTES 4 DE ENERO DE 2022 – JORNADA DE MAÑANA – ACTIVIDADES PARA ADULTOS			
8.00 – 9.00	PILATES 11	SALA CRISTAL	
9.15 – 10.15	PILATES MAYORES + AIR STRECHING	SALA CRISTAL	
9.00 – 10.00	WORKOUT ADULTOS + TRX 3 + BODYFITNESS 1	SALA DE MADERA	
10.20 – 11.20	CICLO INDOOR 2	SALA SPINNING	
10.30 – 11.30	GRUPOS ACTIVIDAD FÍSICA PARA MAYORES	PABELLÓN AUXILIAR	
12.00 – 13.00	ACTIVIDAD FÍSICA PARA MAYORES	CENTRO DIA SAN JAVIER	
MARTES 4 DE ENERO DE 2022 – JORNADA DE TARDE - ACTIVIDADES PARA NIÑOS Y JÓVENES			
16.00 – 17.00	TODOS LOS GRUPOS JUDO + LUCHA ESCOLAR + DEFENSA PERSONAL FEMENINA	SALA CRISTAL	
MARTES 4 DE ENERO DE 2022 – JORNADA DE TARDE – ACTIVIDADES PARA ADULTOS			
16.00 – 17.00	PILATES 10 + PILATES BALLE	SALA MADERA	
17.15 – 18.15	PILATES 6 + PILATES 9	SALA MADERA	
18.30 – 19.30	TRX 2 + BODYFITNESS 2 + WORKOUT ADULTOS	SALA MADERA	
19.45 – 20.45	PILATES 2 + PILATES 12	SALA MADERA	
17.15 – 18.15	WORKOUT ADULTOS	CÉSPED PISCINA	
18.30 – 19.30	BOOTCAMP + ADULTOS	CÉSPED PISCINA	
19.50 – 20.50	CICLO 3 + CICLO 4	SALA CICLO	

CONCEJALÍA DE DEPORTES SAN JAVIER

VACACIONES NAVIDAD 21-22 – AGRUPACIÓN DE SERVICIOS - ACTIVIDADES DIRIGIDAS EN SECO DE NIÑOS Y ADULTOS

POLIDEPORTIVO MUNICIPAL DE SAN JAVIER

MIÉRCOLES 5 DE ENERO DE 2022 - JORNADA DE MAÑANA - ACTIVIDADES PARA ADULTOS			
8.00 – 9.00	KILLER BODY + WORKOUT + TRX	SALA MADERA	
9.20 – 10.20	INDOOR WALKING 1	SALA INDOOR	
10.40 – 11.40	PILATES 8 + PILATES 1 + PILATES 5 LA RIBERA	SALA CRISTAL	
9.15– 10.15	ACOND. FÍSICO 1 + ACOND. FÍSICO GRUPOS 2 Y 3 DE LA RIBERA	PABELLÓN AUXILIAR	
10.30 – 11.30	GRUPOS ACTIVIDAD FÍSICA PARA MAYORES	PABELLÓN AUXILIAR	
12.00 – 13.00	MAYORES CENTRO DE DÍA	CENTRO DE DÍA	
MIÉRCOLES 5 DE ENERO DE 2022 - JORNADA DE TARDE – ACTIVIDADES PARA NIÑOS			
16.00 – 17.00	TODOS LOS GRUPOS DANZA SAN JAVIER + DANZA DE LA RIBERA + RITMO A TU RITMO	SALA CRISTAL	
16.00 – 16.45	PSICOMOTRICIDAD 1 + PSICOMOTRICIDAD 2	TATAMI PABELLÓN	
17.00 – 18.00	MINIPILATES +PEQUESPORT	TATAMI PABELLÓN	
MIÉRCOLES 5 DE ENERO DE 2022 -- JORNADA DE TARDE – ACTIVIDADES PARA ADULTOS			
16.00 – 17.00	WORKOUT ADULTOS	CÉSPED PISCINA	
17.30 – 18.30	CICLO INDOOR 1 + INDOOR WALKING 2	SALA CICLO	
17.15 – 18.15	AERONDANCE 1 + AERONDANCE 2 + ZUMBA + AÉROBIC + DANZA ADULTOS SAN JAVIER Y LA RIBERA	SALA CRISTAL	
18.30 – 19.30	PILATES 7 + PILATES 3 + PILATES 4	SALA CRISTAL	

CONCEJALÍA DE DEPORTES SAN JAVIER

VACACIONES NAVIDAD 21-22 – AGRUPACIÓN DE SERVICIOS - POLIDEPORTIVO MUNICIPAL DE LA MANGA

LUNES 27 DE DICIEMBRE DE 2021 – ACTIVIDADES PARA ADULTOS			
9.10 – 10.10	BODYLIFE	SALA POLIVALENTE LA MANGA	
10.20 – 11.20	PILATES 1	SALA POLIVALENTE LA MANGA	
17.10 – 18.10	BODYFITNESS	SALA POLIVALENTE LA MANGA	
18.20 – 19.20	PILATES 2	SALA POLIVALENTE LA MANGA	
MARTES 28 DE DICIEMBRE DE 2021 – ACTIVIDADES PARA ADULTOS			
9.30 – 10.30	WORKOUT ADULTOS (ACTIVIDAD GRATUITA)	PABELLÓN CUBIERTO LA MANGA	
10.40 – 11.40	WORKOUT ADULTOS (ACTIVIDAD GRATUITA)	PABELLÓN CUBIERTO LA MANGA	
17.00 – 18.00	WORKOUT ADULTOS (ACTIVIDAD GRATUITA)	PABELLÓN CUBIERTO LA MANGA	
17.10 – 18.10	WORKOUT ADULTOS (ACTIVIDAD GRATUITA)	PABELLÓN CUBIERTO LA MANGA	
MIÉRCOLES 29 DE DICIEMBRE DE 2021 – ACTIVIDADES PARA ADULTOS			
9.10 – 10.10	BODYLIFE	SALA POLIVALENTE LA MANGA	
10.20 – 11.20	PILATES 1	SALA POLIVALENTE LA MANGA	
17.10 – 18.10	BODYFITNESS	SALA POLIVALENTE LA MANGA	
18.20 – 19.20	PILATES 2	SALA POLIVALENTE LA MANGA	
JUEVES 30 DE DICIEMBRE DE 2021 – ACTIVIDADES PARA ADULTOS			
9.30 – 10.30	WORKOUT ADULTOS (ACTIVIDAD GRATUITA)	PABELLÓN CUBIERTO LA MANGA	
10.40 – 11.40	WORKOUT ADULTOS (ACTIVIDAD GRATUITA)	PABELLÓN CUBIERTO LA MANGA	
17.00 – 18.00	WORKOUT ADULTOS (ACTIVIDAD GRATUITA)	PABELLÓN CUBIERTO LA MANGA	
17.10 – 18.10	WORKOUT ADULTOS (ACTIVIDAD GRATUITA)	PABELLÓN CUBIERTO LA MANGA	