

JORNADAS DE PUERTAS ABIERTAS UVa

Servicio de Deportes

LUNES 26 DE SEPTIEMBRE 2022

RUIZ HERNANDEZ

	FRONTÓN	GIMNASIO	PISTAS EXTERIORES
17:15 - 18:00 H		MEDITACIÓN	
18:00 - 18:45 H		YOGA	
18:45 - 19:30 H		PILATES + PILATES TOTAL	ZUMBA
19:30 - 20:15 H		GIMNASIA ESPALDA	AEROBIC / ESCUELA DEL CORREDOR
20:15 - 21:00 H		BODY BALANCE	BODY COMBAT

MARTES 27 DE SEPTIEMBRE 2022

RUIZ HERNANDEZ

	FRONTÓN	GIMNASIO	PISTAS EXTERIORES
16:00 - 16:45 H		VOLEY	
17:15 - 18:00 H		TAICHI	
18:00 - 18:45 H	TAEKWONDO		
18:45 - 19:30 H	ULTIMATE	FLAMENCO FIT	
19:30 - 20:15 H	DEFENSA PERSONAL*	BAILE MODERNO / K - POP KIZOMBA	
20:15 - 21:00 H	NINJUTSU*		

• NOTA:

*Los cursos de Defensa Personal y Ninjutsu ofrecerán Jornadas de Puertas Abiertas en su horario habitual hasta el comienzo del curso el 10 de octubre.

Para la actividad de Yoga sería recomendable traer una esterilla de casa, en caso de no disponer de ella se puede utilizar el material de la Uva.