

HORARIO DE LAS DIFERENTES ACTIVIDADES DE DEPORTE SOCIAL DE LA GRANJA Y VALSAIN. CURSO 2.011 / 2.012.

<u>ACTIVIDADES:</u>		<u>HORARIO</u>	<u>LUGAR</u>
Actividad Física para Mayores			
GRUPO 1		MARTES Y JUEVES DE 17:00hrs. a 18:00hrs.	Jueves 3 de noviembre en el Colegio de Primaria Agapito Marazuela.
Gimnasia de Mantenimiento			
GRUPO 1		LUNES Y MIÉRCOLES DE 17:00hrs. a 18:00hrs	Miércoles 2 de noviembre en el Pabellón de Deportes de La Granja.
Aerobic			
GRUPO 1		LUNES Y MIÉRCOLES DE 18:00hrs. a 19:00hrs	Miércoles 2 de noviembre en el Pabellón de Deportes de La Granja.
GRUPO 2		LUNES Y MIÉRCOLES DE 9:30hrs. a 10:30hrs	
Yoga			
GRUPO 1		LUNES Y MIÉRCOLES DE 19:15hrs. a 20:15hrs	Miércoles 2 de noviembre en el Instituto de Secundaria "Peñalara".
Pilates			
GRUPO 1		MARTES Y JUEVES DE 16:00hrs. a 17:00hrs.	Jueves 3 de noviembre en el Instituto de Secundaria "Peñalara".
GRUPO 2		MARTES Y JUEVES DE 17:00hrs. a 18:00hrs.	
GRUPO 3		MARTES Y JUEVES DE 18:00hrs. a 19:00hrs.	
GRUPO 4		MARTES Y JUEVES DE 19:00hrs. a 20:00hrs.	
GRUPO 5		MARTES Y JUEVES DE 9:30hrs. a 10:30hrs.	Jueves 3 de noviembre en el Pabellón de Deportes de La Granja.