

**HORARIOS SALAS DE MUSCULACIÓN:** Lunes a Viernes de 7:30 a 22:30 y Sábados, Domingo y Festivos de 9:00 a 14:00 y de 16:00 a 20:00 horas.  
**HORARIOS PISCINAS CUBIERTAS:** Lunes a Viernes de 8:00 a 22:30 y Sábados, Domingo y Festivos de 8:00 a 22:30

**GUÍA ACTIVIDADES  
DEL 3 AL 30 DE JUNIO 2024**



		EXTERIOR		AQUA		CUERPO Y MENTE		EXPRESS		SENIOR		FUERZA		CARDIO		BAILE		TONO													
		LUNES					MARTES					MIÉRCOLES					JUEVES					VIERNES					SÁBADO				
HORA		SALA 1	SALA 2	MUSC	SALA 6	AQUA	SALA 1	SALA 2	MUSC	SALA 6	AQUA	SALA 1	SALA 2	MUSC	SALA 6	AQUA	SALA 1	SALA 2	MUSC	SALA 6	AQUA	SALA 1	SALA 2	AGUA	EXTERIOR	SALA 6	SALA 2	SALA 6			
7:00																															
7:30																															
8:00				CLUB DE ESTRETAMIENTO																											
8:30																															
9:00		ZUMBA SENIOR	STRETCHING			AQUAFITNESS EXPRESS	STRETCHING	ACTIVIDAD FISICA SENIOR																							
9:30						AQUA RUNNING																									
10:00		PILATES	GLOBAL TRAINING			BIKE 45																									
10:30																															
11:00		YOGA	GAP			BIKE 45																									
11:30																															
12:00																															
12:30																															
13:00																															
13:30																															
14:00																															
14:30																															
15:00																															
15:30																															
16:00																															
16:30																															
17:00																															
17:30																															
18:00																															
18:30																															
19:00																															
19:30																															
20:00																															
20:30																															
21:00																															
21:30																															
22:00																															

EL ACCESO A LAS CLASES COLECTIVAS ES CON RESERVA A TRAVÉS DE LA PAG WEB [www.dehesaboyal.deposite.net/](http://www.dehesaboyal.deposite.net/)

La organización se reserva el derecho a modificar las actividades y/o los horarios por necesidades organizativas.  
La duración aproximada de las sesiones es de 45 minutos.

NUEVAS ACTIVIDADES

**AOSSA** SPORT  
DEHESA BOYAL



**FECHAS Y HORARIOS PISCINA DE VERANO**

- **1 JUNIO AL 23 JUNIO:**  
Lunes a viernes: 14:00 a 20:30 horas  
Sábados, domingos y festivos: de 11:00 a 20:30 horas
- **24 JUNIO AL 31 DE JULIO:**  
Lunes a domingos: 11:00 a 20:30 horas
- **del 1 agosto al 1 septiembre Parada Técnica SPA Y PISCINAS CUBIERTAS**
- **1 DE AGOSTO AL 1 DE SEPTIEMBRE:**  
Lunes a domingos: 11:00 a 20:00 horas



A1 Ctra. de Burgos Salidas 17 y 19, San Sebastián de los Reyes Madrid.