



HORARIO SEMANAL

• Actividades posparto y general •



	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
10:00	Yoga Senior	Hipopresivos	Yoga Senior (1h30m)	Hipopresivos	Pilates Senior
11:00		Entrenamiento + hipo		Entrenamiento + hipo	
12:00					
13:00					
16:00			Hipopresivos		
17:00	Entrenamiento + hipo		Entrenamiento + hipo		
18:30	Estiramientos restaurativos		Estiramientos restaurativos		
19:00					