



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		
19:00					