



# HORARIO SEMANAL

• *Actividades posparto y general* •



	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
10:00		Hipopresivos	Yoga Senior (1h30m)	Hipopresivos	Pilates Senior
11:00		Entrenamiento +hipo		Entrenamiento +hipo	Yoga Senior 11:15
12:00					
13:00					
16:00			Hipopresivos		
17:00	Entrenamiento +hipo		Entrenamiento +hipo		
18:00	Hatha Yoga (18:30)		Hatha Yoga (18:30)		
19:00					