

PROGRAMA CLASES COLECTIVAS - TORNEO TENIS MARZO/ABRIL 2026

LUNES						
INICIO	FIN	CLASE	PROF.	SALA	INT	DIF
9:30	10:20	CYCLING	FRAN	CY	♥♥♥	*
10:30	11:20	WORKOUT	YANIRA	Hockey	♥♥♥	*
11:30	12:20	WORKOUT	YANIRA	Hockey	♥♥♥	*
11:30	12:00	CIRCUITO FUERZA	ALEC	GYM	♥♥♥	*
12:30	13:20	TAI CHI FIT	ANTONIO	Hockey	♥♥	*
14:30	15:20	FITNESS	MARCOS	GYM	♥♥	*
18:00	18:50	WORKOUT	OMAR	GYM	♥♥♥	*
19:00	19:50	BOXEO	OMAR	GYM	♥♥♥♥	*
20:00	20:50	HIIT	JOSÉ	GYM	♥♥♥♥	*

MIÉRCOLES						
INICIO	FIN	CLASE	PROF.	SALA	INT	DIF
10:30	11:20	FITNESS	YANIRA	Hockey	♥♥	*
11:30	12:20	CUIDA TU ESPALDA	YANIRA	Hockey	♥♥	*
11:30	12:00	CIRCUITO CARDIO	ALEC	GYM	♥♥♥	*
12:30	13:20	TAI CHI FIT	ANTONIO	Hockey	♥♥	*
14:30	15:20	WORKOUT	MARCOS	GYM	♥♥♥	*
17:00	17:50	BAILE Y MOVIMIENTO CONSCIENTE	JAVIER M.	GYM	♥♥	*
18:00	18:30	RELAJACIÓN + BAÑO DE SONIDO	JAVIER M.	GYM	♥	*
18:30	19:20	HATHA YOGA	JAVIER M.	GYM	♥♥	*
19:00	19:50	BOXEO	OMAR	GYM	♥♥♥♥	*
19:30	20:00	MEDITACIÓN	JAVIER M.	GYM	♥	*
20:00	20:50	BOXEO	OMAR	GYM	♥♥♥♥	*
20:00	20:50	CYCLING	MARCOS	CY	♥♥♥	*
20:00	20:50	HIIT	JOSÉ	GYM	♥♥♥♥	*

VIERNES						
INICIO	FIN	CLASE	PROF.	SALA	INT	DIF
9:30	10:20	CYCLING	FRAN	CY	♥♥♥	*
10:30	11:20	FITNESS	ARIEL	Hockey	♥♥	*
11:30	12:20	GAP	ARIEL	Hockey	♥♥	*
12:30	13:20	HATHA YOGA	JAVIER M.	Hockey	♥♥	*
13:30	14:00	MEDITACIÓN	JAVIER M.	Hockey	♥	*

MARTES						
INICIO	FIN	CLASE	PROF.	SALA	INT	DIF
10:30	11:20	WORKOUT	ALEC	Hockey	♥♥♥	*
11:30	12:20	BAILE Y MOVIMIENTO	JOAN	GYM	♥♥♥	*
12:30	13:20	HATHA YOGA	JAVIER M.	Hockey	♥♥	*
13:30	14:00	MEDITACIÓN	JAVIER M.	Hockey	♥	*
14:30	15:20	CYCLING	FRAN	CY	♥♥♥	*
18:00	18:50	CUIDA TU ESPALDA	HUGO	GYM	♥♥♥	*
19:00	19:50	PUMP	HUGO	GYM	♥♥	*

JUEVES						
INICIO	FIN	CLASE	PROF.	SALA	INT	DIF
10:30	11:20	FITNESS	ALEC	Hockey	♥♥	*
11:30	12:20	BAILE Y MOVIMIENTO	JOAN	GYM	♥♥♥	**
12:30	13:20	HATHA YOGA	JAVIER M.	Hockey	♥♥	*
13:30	14:00	MEDITACIÓN	JAVIER M.	Hockey	♥	*
14:30	15:20	CYCLING	FRAN	CY	♥♥♥	*
18:00	18:50	FIT BOX	HUGO	GYM	♥♥♥	*
19:00	19:50	GAP	HUGO	GYM	♥♥	*
19:15	20:05	HIIT	JOSÉ	GYM	♥♥♥♥	*

SÁBADO						
INICIO	FIN	CLASE	PROF.	SALA	INT	DIF
11:30	12:20	WORKOUT	ARIEL	GYM	♥♥♥	*
12:00	12:50	CYCLING	HUGO G.	CY	♥♥♥	*
12:30	13:20	ELASTIC	ARIEL	GYM	♥♥	*

CLASES PRESENCIALES + ONLINE

Para acceder, solicite la sesión de MEET y el código de acceso

Intensidad	♥ Baja ♥♥ Media ♥♥♥ Alta ♥♥♥♥ Muy Alta
Dificultad	* Baja ** Media *** Alta **** Muy Alta

#: La bicicleta permite regular el nivel de carga a las capacidades de los participantes.

Sala 1 y Pilates : Están situadas debajo de la pista central de tenis. Sala GYM y CY: Están situadas en la zona de Piscinas.
Pabellón cubierto de hockey.

Hoc:

**TODAS LAS CLASES SE PUEDEN IMPARTIR AL AIRE LIBRE
(SI EL TIEMPO LO PERMITE Y EL PROFESOR/A LO CONSIDERA OPORTUNO)**

INFORMACIÓN GENERAL:

- Es obligatoria la reserva de plaza para poder asistir a clase, llamando por teléfono al 91 550 20 36 o presencialmente en el gimnasio.
- Se prohíbe el uso de teléfonos móviles durante el desarrollo de las sesiones.
- Los profesores del gimnasio Club de Campo Villa de Madrid están debidamente titulados y son expertos en las actividades que imparten.
- Se prohíbe el acceso a las clases una vez transcurridos 5 minutos desde el inicio de la misma, salvo con autorización expresa del profesor/a.



Club de Campo
Villa de Madrid

WWW.CCVM.ES