



REAL CLUB PINEDA  
SEVILLA

**PISCINAS**

## ACTIVIDADES ACUÁTICAS 2019-2020

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
9:30 – 10:30	AQUAGYM	AQUAGYM	AQUAGYM	AQUAGYM	AQUAGYM
10:30 – 11:30	AQUAGYM	PERFECCIONAMIENTO DE NATACIÓN	AQUAGYM	PERFECCIONAMIENTO DE NATACIÓN	
16:00 – 17:00	AQUAGYM		AQUAGYM	NATACIÓN ADULTOS (14:30 HORAS)	
20:00 – 21:00		AQUAGYM NATACIÓN TERAPEUTICA		AQUAGYM NATACIÓN TERAPEUTICA	
20:15 – 21:15	NATACIÓN ADULTOS		NATACIÓN ADULTOS		

*AQUAGYM: actividad que combina ejercicios aeróbicos con tonificación general, intensidad media.*

*ENTRENAMIENTO NATACIÓN ADULTOS: entrenamiento de natación para adultos abierto a todos los socios.*

*NATACIÓN TERAPÉUTICA: natación para adultos abierto a todos los socios.*

