NEGUKO IKASTAROAK / CURSOS INVIERNO

LURRA / TIERRA

ASTELEHENA ETA ASTEAZKENA
LUNES Y MIÉRCOLES

- 10:00–10:55 OSASUN FUNTZIONALA SALUD FUNCIONAL
- 11:00–11:55 OSASUN FUNTZIONALA SALUD FUNCIONAL
- 9:30–10:25 OSASUN STRETCHING STRETCHING SALUD
- 10:30–11:25 OSASUN FITPILATES FITPILATES SALUD
- 11:30–12:25 OSASUN GIMNASIA MANTENIMIENTO SALUD
- 8:00–8:55 DANTZAZUM
- 9:00–9:55 FITPILATES
- 10:00–10:55 OSASUN GIMNASIA MANTENIMIENTO SALUD

ASTEARTEA ETA OSTEGUNA
MARTES Y JUEVES

- 9:00–9:55 OSASUN FUNTZIONALA SALUD FUNCIONAL
- 10:00–10:55 OSASUN FUNTZIONALA SALUD FUNCIONAL
- 11:00–11:55 OSASUN BIG DANCE BIG DANCE SALUD
- 8:45–9:40 OSASUN PILATES PILATES SALUD
- 9:45–10:40 OSASUN STRETCHING STRETCHING SALUD
- 11:15–12:10 OSASUN YOGA YOGA SALUD
- 9:00–9:55 OSASUN GIMNASIA MANTENIMIENTO SALUD
- 10:00–10:55 MULTIGYM
- 10:15–11:10 OSASUN GIMNASIA MANTENIMIENTO SALUD
- 11:15–12:10 OSASUN FITPILATES FITPILATES SALUD

OSTIRALA
VIERNES

- 9:30–10:25 OSASUN FITPILATES FITPILATES SALUD
- 10:30–11:25 OSASUN GIMNASIA MANTENIMIENTO SALUD
- 10:30–11:25 OSASUN STRETCHING STRETCHING SALUD
- 11:30–12:25 OSASUN PILATES PILATES SALUD

URA / AGUA

ASTELEHENA ETA ASTEAZKENA
LUNES Y MIÉRCOLES

- 9:00–9:40 AQUASALUD
- 10:30–11:10 OSASUN IGERIKETA NATACIÓN SALUD
- 9:30–10:10 POOLBIKE
- 10:15–10:55 IGERIKETA TERAPEUTIKOA NATACIÓN TERAPEÚTICA
- 11:15–11:55 OSASUN AQUADANTZA AQUADANTZA SALUD

ASTEARTEA ETA OSTEGUNA
MARTES Y JUEVES

- 9:15–9:55 IGERIKETA TERAPEUTIKOA NATACIÓN TERAPEÚTICA
- 10:00–10:40 AQUASALUD
- 10:45–11:25 AQUAFITNESS
- 9:15–9:55 POOLBIKE
- 10:45–11:30 OSASUN IGERIKETA NATACIÓN SALUD
- 11:30–12:10 OSASUN KARDIOHEGATSAK CARDIO-ALETAS SALUD

OSTIRALA
VIERNES

- 9:30–10:10 POOLBIKE
- 11:00–11:40 AQUASALUD

2021-2022

OSASUN PREMIUM SALUD

Lurreko eta uretako Ikastaroen liburuxka kontsultatu:

Consulta el folleto de cursos de tierra y agua: