



JORNADA DE BIENVENIDA ACTIVIDADES DIRIGIDAS

OFICINA DE DEPORTES

DESDE EL 19 AL 23 DE OCTUBRE ASISTE GRATUITAMENTE

ANÍMATE Y PRUEBA UNA DE LAS 20 DISCIPLINAS QUE TENEMOS PARA TI!!

HORARIO ACTIVIDADES DIRIGIDAS - PRIMER TRIMESTRE 2015-2016						
HORA	SALAS	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
09:30 - 10:25	FITNESS DANZA	PILATES	AULA 60+ PILATES	PILATES	AULA 60+ PILATES	
10:30 - 11:25	FITNESS		AULA 60+		AULA 60+	
15:30 - 16:25	WELLNESS FITNESS PISTA A1 CICLO INDOOR 1ª PLTA. CLOT	ACROBACIA CICLO INDOOR TRX	UMH ZUMBA PILATES	ACROBACIA CICLO INDOOR TRX	UMH ZUMBA PILATES	
15:30 - 17:25	LUCHA	SISTEMA RUSO (2hrs.)				
15:45 - 16:40	FITNESS CICLO INDOOR	PILATES	CICLO INDOOR	PILATES	CICLO INDOOR	
16:00 - 16:55	TENIS DE MESA			DANZA AFRICANA	DANZA AFRICANA	
16:30 - 17:25	PISTA A1	ACROBACIA COLEC.		ACROBACIA COLEC.		
17:30 - 18:25	DANZA WELLNESS	UMH ZUMBA	PILATES	UMH ZUMBA	PILATES	
18:30 - 19:25	WELLNESS	SALSA Y BACHATA INIC.		SALSA Y BACHATA INIC.		
19:00 - 20:50	WELLNESS		SALSA Y BACHATA INTERMEDIO 2 HORAS		DANZA DEL VIENTRE INTERMEDIO 2 HORAS	SALSA Y BACHATA INICIACIÓN 2 HORAS
19:00 - 19:55	DANZA CICLO INDOOR	AEROBIC/STEP CICLO INDOOR	UMH ZUMBA	AEROBIC/STEP CICLO INDOOR	UMH ZUMBA	
19:30 - 20:25	LUCHA FITNESS WELLNESS 1ª PLTA. CLOT	PILATES TRX	AUTOPROTECCIÓN PILATES TRX	PILATES TRX	PILATES TRX	
20:00 - 20:55	LUCHA DANZA TENIS DE MESA CICLO INDOOR	AIKIDO TBC / GAP YOGUILATES CICLO INDOOR	TOTAL TRAINING	AIKIDO TBC / GAP YOGUILATES CICLO INDOOR	TOTAL TRAINING	
20:30 - 21:25	LUCHA FITNESS	PILATES	NINJUTSU	PILATES	NINJUTSU	
21:00 - 21:55	TENIS DE MESA	CARDIO BOX	UMH ZUMBA	CARDIO BOX	UMH ZUMBA	
21:30 - 22:25	WELLNESS		KALI(DEF.PERSONAL)		KALI(DEF.PERSONAL)	

ADemás TE ESPERAMOS EL 16 DE OCTUBRE

EN LA FIESTA DE BIENVENIDA DEL CURSO 2015-2016

En el parking del edificio Torreblanca Campus de Elche

Tendremos bailes, concursos y mucho más!!!!

<http://deportes.umh.es>

Oficina de Deportes
Edificio El Clot Av. de la Universidad s/n
03202 Elche - Alicante - España
Web: deportes.umh.es

