



UNIVERSITAS
Miguel Hernández

umh
saludable

HORARIO JULIO ACTIVIDADES DIRIGIDAS UMH 2025

HORA	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES
07:05 - 08:00	TOTAL TRAINING con TRINI (Sala de Danza)	TOTAL TRAINING con TRINI (Sala de Danza)	TOTAL TRAINING con TRINI (Sala de Danza)	TOTAL TRAINING con TRINI (Sala de Danza)
09:15-10:10	PILATES con Miriam (Palau-Pista A1/Tenis mesa)	PILATES con Lorena (Palau-Pista A1/Tenis mesa)	PILATES con Miriam (Palau-Pista A1/Tenis mesa)	PILATES con Lorena (Palau-Pista A1/Tenis mesa)
09:30-10:30	AULA 60+ con ANA SANZ (sala de danza)	AULA 60+ con ANA SANZ (sala de danza)	AULA 60+ con ANA SANZ (sala de danza)	AULA 60+ con ANA SANZ (sala de danza)
15:30 - 16:25		PILATES con Lorena (Tenis mesa)		PILATES con Lorena (Tenis mesa)
	TOTAL TRAINING con TRINI (Sala de Danza)	TOTAL TRAINING con TRINI (Sala de Danza)	TOTAL TRAINING con TRINI (Sala de Danza)	TOTAL TRAINING con TRINI (Sala de Danza)
18:30-19:25	PILATES con Miriam (Tenis mesa)		PILATES con Miriam (Tenis mesa)	
19:00-19:55		PILATES con Miriam (Tenis mesa)		PILATES con Miriam (Tenis mesa)
	TOTAL TRAINING con ISMAEL (Sala de Danza)	TOTAL TRAINING con ISMAEL (Sala de Danza)	TOTAL TRAINING con ISMAEL (Sala de Danza)	TOTAL TRAINING con ISMAEL (Sala de Danza)
19:30-20:25	SALSA Y BACHATA INICIO con Álvaro y Alicia (Sala Tenis de Mesa)		SALSA Y BACHATA INICIO con Álvaro y Alicia (Sala Tenis de Mesa)	
20:00-20:55		TOTAL TRAINING con Adrián (Sala de Danza)		TOTAL TRAINING con Adrián (Sala de Danza)
20:30-21:25	SALSA Y BACHATA INTERMEDIO con Álvaro y Alicia (Sala Tenis de Mesa)		SALSA Y BACHATA INTERMEDIO con Álvaro y Alicia (Sala Tenis de Mesa)	

TARDES