

HORARIO DE ACTIVIDADES SEPTIEMBRE DIRIGIDAS EN EL CAMPUS DE ELCHE

HORARIO SEPTIEMBRE UMH 2026						
HORA		LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
07:05-08:00	MAÑANAS	TOTAL TRAINING con ANDREA (Sala de Danza)	TOTAL TRAINING con ANDREA (Sala de Danza)	TOTAL TRAINING con ANDREA (Sala de Danza)	TOTAL TRAINING con ANDREA (Sala de Danza)	
			ESPALDA SANA con Nati (Tenis de mesa)	TotalRUN con Nati (Tenis de mesa)	ESPALDA SANA con Nati (Tenis de mesa)	TotalRUN con Nati (Sala de danza)
09:15-10:10		PILATES con Miriam (Sala de lucha)	PILATES con Amalur (Sala de lucha)	PILATES con Miriam (Sala de lucha)	PILATES con Amalur (Sala de lucha)	
09:30-10:25		AULA 60+ con Andrés y Yolanda (Palau-Pista B2)	FUERZA+60 con Inés y Mario Torres (Palau-Pista A2)	AULA 60+ con Andrés y Yolanda (Palau-Pista B2)	FUERZA+60 con Inés y Mario Torres (Palau-Pista A2)	
15:30-16:25	TARDES		PILATES con Lorena (Tenis mesa)		PILATES con Lorena (Tenis mesa)	
		TOTAL TRAINING con ANDREA (Sala de Danza)	TOTAL TRAINING con LUCÍA (Sala de Danza)	TOTAL TRAINING con ANDREA (Sala de Danza)	TOTAL TRAINING con LUCÍA (Sala de Danza)	
18:30-19:25		PILATES con Miriam (Tenis mesa)		PILATES con Miriam (Tenis mesa)		
19:00-19:55			PILATES con Miriam (Sala Lucha)		PILATES con Miriam (Sala Lucha)	
		TOTAL TRAINING con Andrés (Sala de Danza)	TOTAL TRAINING con Andrés (Sala de Danza)	TOTAL TRAINING con Andrés (Sala de Danza)	TOTAL TRAINING con Andrés (Sala de Danza)	
19:30-20:25		SALSA Y BACHATA INICIO con Alicia y Dani (Sala Tenis de Mesa)		SALSA Y BACHATA INICIO con Alicia y Dani (Sala Tenis de Mesa)		
20:00-20:55			TOTAL TRAINING con Andrés (Sala de Danza)		TOTAL TRAINING con Andrés (Sala de Danza)	
20:30-21:25		SALSA Y BACHATA INTERMEDIO con Alicia y Dani (Sala Tenis de Mesa)		SALSA Y BACHATA INTERMEDIO con Alicia y Dani (Sala Tenis de Mesa)		

deportes
umh

UNIVERSITAS
Miguel Hernández

umh
saludable