

HORARIO 1er TRIMESTRE ACTIVIDADES DIRIGIDAS EN EL CAMPUS DE ELCHE

HORARIO 1er TRIMESTRE 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)
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)	AULA 60± con Andrés y Emma (Palau-Pista B2)	AULA 60± con Andrés y Yolanda (Palau-Pista B2)	AULA 60± con Andrés y Emma (Palau-Pista B2)	
		FUERZA+60 con Mario Torres y Nati (Palau-Pista A2)	FUERZA+60 con Mario Torres y Lorenzo (Palau-Pista A2)	FUERZA+60 con Mario Torres y Nati (Palau-Pista A2)	FUERZA+60 con Mario Torres y Lorenzo (Palau-Pista A2)	
15:30-16:25	TARDES		ESPALDA SANA con Nati (Sala de lucha)		ESPALDA SANA con Nati (Sala de lucha)	
		TOTAL TRAINING con ANDREA (Sala de Danza)	TOTAL TRAINING con Amanda (Sala de Danza)	TOTAL TRAINING con ANDREA (Sala de Danza)	TOTAL TRAINING con Amanda (Sala de Danza)	
ACROBACIAS con BELÉN (15:30-17:30) (Palau-Pista A1)		ACROBACIAS con BELÉN (15:30-17:30) (Palau-Pista A1)	ACROBACIAS con BELÉN (15:30-17:30) (Palau-Pista A1)	ACROBACIAS con BELÉN (15:30-17:30) (Palau-Pista A1)		
15:45 - 16:40		DEFENSA PERSONAL con ANTONIO (Sala de LUCHA)		DEFENSA PERSONAL con ANTONIO (Sala de LUCHA)		
18:30-19:25		PILATES con Miriam (Sala de Lucha)		PILATES con Miriam (Sala de Lucha)		
19:00-19:55			PILATES con Miriam (Sala de Lucha)		PILATES con Miriam (Sala de 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)	