



MATUTINO

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
SALA DE MUSCULACIÓN	7:00 a 14:00	7:00 a 14:00	7:00 a 14:00	7:00 a 14:00	7:00 a 14:00	7:00 a 14:00	7:00 a 14:00
AM TRAINNING	7:00 a 8:00		7:00 a 8:00		7:00 a 8:00		
FUNCIONAL	8:00 a 9:00	8:00 a 9:00	8:00 a 9:00	8:00 a 9:00	8:00 a 9:00		
ZUMTRAINNING		9:00 a 10:00		9:00 a 10:00		10:00 a 11:00	
SPINNING	8:15 a 9:00		8:15 a 9:00		8:15 a 9:00		
GIMNASIA LOCALIZADA	9:00 a 10:00		9:00 a 10:00		9:00 a 10:00	10:00 a 11:00	
YOGA		10:00 a 11:00		10:00 a 11:00			
HIIT						11:00 a 12:00	
STRETCHING						11:00 a 12:00	
TAI CHI	10:15 a 11:15		10:15 a 11:15				
*RITMOS						12:15 a 13:15	

*Un sábado cada 15 días, consultar en secretaria.

VESPERTINO

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
SALA DE MUSCULACIÓN	15:00 a 21:00	15:00 a 21:00	15:00 a 21:00	15:00 a 21:00	15:00 a 21:00	15:00 a 21:00	15:00 a 21:00
GAP/FULLBODY	17:30 a 18:30		17:30 a 18:30		17:30 a 18:30		
FUNCIONAL	18:45 a 19:45		18:45 a 19:45		18:45 a 19:45		
ZUMTRAINNING		19:30 a 20:30		19:30 a 20:30			
SPINNING	19:30 a 20:15	19:00 a 19:45 / 20:30 a 21:15	19:30 a 20:15	19:00 a 19:45 / 20:30 a 21:15	19:30 a 20:15		
GIMNASIA LOCALIZADA	20:15 a 21:00	18:15 a 19:00	20:15 a 21:00	18:15 a 19:00	20:15 a 21:00		
YOGA		19:30 a 21:00		19:30 a 21:00			
HIIT		18:30 a 19:15		18:30 a 19:15			
STRETCHING		17:30 a 18:15		17:30 a 18:15			
PILATES	17:30 a 18:30 / 18:30 a 19:30		17:30 a 18:30 / 18:30 a 19:30		17:30 a 18:30 / 18:30 a 19:30		
SPINNING/LOCAL	18:30 a 19:15		18:30 a 19:15		18:30 a 19:15		
GIMNASIA RÍTMICA	17:30 a 18:30		17:30 a 18:30		17:30 a 18:30		
PREP. FÍSICA PARA COMPETENCIAS RÍTMICA	18:30 a 19:30		18:30 a 19:30		18:30 a 19:30		
GRUPO CORREDORES		20:00 a 21:00		20:00 a 21:00			

Pilates Reformer



Las clases de Pilates Reformer se realizan en el Anexo Salvo del CTM, Lozano 1059 esq. Félix Olmedo.

MATUTINO

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
08:00 A 09:00	Martina Paradela	Florencia Michelis	Agustina Barboza	Florencia Michelis	Martina Paradela	Martina Paradela	-
09:00 A 10:00	Martina Paradela	Florencia Michelis	Agustina Barboza	Florencia Michelis	Martina Paradela	Martina Paradela	-
10:00 A 11:00	Martina Paradela	Florencia Michelis	Agustina Barboza	Florencia Michelis	Martina Paradela	Martina Paradela	-
11:00 A 12:00	-	Florencia Michelis	-	Florencia Michelis	-	-	-
12:00 A 13:00	-	-	-	-	-	-	-
13:00 A 14:00	-	-	-	-	-	-	-

VESPERTINO

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
14:30 A 15:30	-	Agustina Barboza	-	Agustina Barboza	-	-	-
15:30 A 16:30	-	Agustina Barboza	-	Agustina Barboza	-	-	-
16:30 A 17:30	Valeria Domato	Agustina Barboza	Valeria Domato	Agustina Barboza	Valeria Domato	-	-
17:30 A 18:30	Valeria Domato	Agustina Barboza	Valeria Domato	Agustina Barboza	Valeria Domato	-	-
18:30 A 19:30	Valeria Domato	Florencia Michelis	Valeria Domato	Florencia Michelis	Valeria Domato	-	-
19:30 A 20:30	Valeria Domato	Florencia Michelis	Valeria Domato	Florencia Michelis	Valeria Domato	-	-

Tenis



MATUTINO

	CANCHAS	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
CLÍNICA DE TENIS ADULTOS	9 a 12		8:00 a 9:00 / 9:00 a 10:00		8:00 a 9:00 / 9:00 a 10:00			
CLÍNICA DE TENIS ADULTOS	9 a 13	8:00 a 9:00 / 9:00 a 10:00		8:00 a 9:00 / 9:00 a 10:00		8:00 a 9:00		
CLÍNICA DE TENIS ADULTOS	11 a 13						10:00 a 11:00	
CLÍNICA DE TENIS ADULTOS (PRINCIPIANTES)	11 a 13						9:00 a 10:00	

VESPERTINO

	CANCHAS	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
ENTRENAMIENTO DE TENIS	9 a 13	15:00 a 18:00	15:00 a 18:00	15:00 a 18:00	15:00 a 18:00	15:00 a 18:00		
ADOLESCENTES	5 a 7	17:00 a 18:00		17:00 a 18:00		17:00 a 18:00		
ADOLESCENTES	12 y 13		18:00 a 19:00		18:00 a 19:00			
CLÍNICA DE TENIS ADULTOS	10 a 13		19:00 a 20:00 / 20:00 a 21:00		19:00 a 20:00 / 20:00 a 21:00			
CLÍNICA DE TENIS ADULTOS (PRINCIPIANTES)	12 y 13			20:00 a 21:00				
ESCUELITA DE TENIS INICIAL (4 a 5 años)	8	18:15 a 19:00		18:15 a 19:00		18:15 a 19:00		
ESCUELA DE TENIS 6 A 9 AÑOS	9 a 13	18:00 a 19:00		18:00 a 19:00		18:00 a 19:00		
ESCUELA DE TENIS 10 A 12 AÑOS	9 a 13	19:00 a 20:00		19:00 a 20:00		19:00 a 20:00		

Hockey



	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
ESCUELITA (+4 años)	18:00 a 19:00 (Polideportivo)		18:00 a 19:00 (Polideportivo)		18:00 a 19:00 (Polideportivo)		
JUV. PRINCIPIANTES (12 a 18 años)	17:00 a 18:00 (Cancha nº8)		17:00 a 18:00 (Cancha nº8)		17:00 a 18:00 (Cancha nº8)		
SUB 14/SUB 16	18:00 a 19:00 (Pista Prado)		18:00 a 19:00 (Pista Prado)		18:00 a 19:00 (Pista Prado)		
INTERMEDIA/MAYORES	19:00 a 21:00 (Pista Prado)		19:00 a 21:00 (Pista Prado)		19:00 a 20:00 (Pista Prado)		
MAMI HOCKEY	20:30 a 22:00 (Pista Prado)		20:30 a 22:00 (Cancha nº8/Polideportivo)				

Fútbol



	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
ESCUELITA (4 a 8 / 9 a 12)		18:00 a 19:00 (Cancha n°8/Polideportivo)		18:00 a 19:00 (Polideportivo)		10:00 a 11:00 (Polideportivo)	
SUB14	17:00 a 18:00 (Polideportivo)		17:00 a 18:00 (Polideportivo)		17:00 a 18:00 (Polideportivo)		
SUB16		19:00 a 20:00 (Cancha n°8)		19:00 a 20:15 (Predio de rugby)	19:00 a 20:15 (Polideportivo)		
SUB18		19:00 a 20:15 (Polideportivo)		19:00 a 20:15 (Predio de rugby)	19:00 a 20:15 (Cancha n°8)		
SUB20	19:00 a 20:30 (Polideportivo)	19:00 a 20:00 (Físico en Predio de rugby)	19:00 a 20:30 (Cancha n°8)	20:15 a 21:30 (Polideportivo)			
RESERVA	20:15 a 22:00 (Polideportivo)		20:15 a 21:30 (Predio de rugby)	20:15 a 21:30 (Northfield)			
MAYOR		20:15 a 21:30 (Polideportivo)		20:15 a 21:30 (Northfield)	20:15 a 21:30 (Polideportivo)		
+32	20:00 a 21:30 (Cancha n°8)		20:00 a 21:30 (Polideportivo)				
+40	20:00 a 21:30 (Cancha n°8)		20:00 a 21:30 (Polideportivo)				
FÚTBOL				20:15 a 21:30 (Cancha n°8)			

Rugby



	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
ESCUELITA (+4 años)		18:00 a 19:00 (Polideportivo/Predio rugby)				10:00 a 11:30 (Predio rugby)	
M7/M9/M11		18:00 a 19:00 (Polideportivo/Predio rugby)				10:00 a 11:30 (Predio rugby)	
JUV. FEMENINO		19:00 a 20:00 (Cancha n°8)		19:00 A 20:00 (Cancha n°8)			
M13/M15/M17		19:00 a 20:30 (Predio rugby)		19:00 a 20:15 (Tacurú/Polideportivo)			
FEMENINO		19:00 a 20:15 (Cancha n°8)		19:00 a 20:15 (Tacurú/Polideportivo)			
MAYOR	20:30 a 22:00 (Gym/Predio de rugby)	20:30 a 22:00 (Gym/Predio de rugby)		20:30 a 23:00 (Tacurú/Northfield)			
DESTREZAS			19:00 a 20:00 (Polideportivo)				