



FRANCISCO NAVACERRADA ,39 C.P. : 28028  
MIDDANERO S.L. CIF: 82973348

TEL.-FAX: 913559860  
WWW.SPORSYSTEMMADRID.COM

ACTIVIDADES	LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁB/DOM
FITNESS - MUSCULACION	07:00 - 24:00				07:00 - 23:00	10:00 - 14:00
CARDIO - BOX	09:30 - 10:30		09:30 - 10:30		08:00 - 10:00	
PILATES	10:30 - 11:30		10:30 - 11:30		10:30 - 11:30	
FUNCIONAL	11:30 - 12:30		11:30 - 12:30		11:30 - 12:30	
AERO - FIT	13:00 - 14:00		13:00 - 14:00			
JAK - BOX	14:00 - 15:00		14:00 - 15:00		FUNCIONAL	
	15:30 - 16:30		15:30 - 16:30			
	17:00 - 18:00		17:00 - 18:00			
KARATE - INF	18:00 - 19:00		18:00 - 19:00			
PILATES	19:00 - 20:00		19:00 - 20:00			
AERO - FIT	20:00 - 21:00		20:00 - 21:00			
JAK - BOX	21:00 - 22:00	21:00 - 22:00				
CARDIO - BOX		08:00 - 10:00		08:00 - 10:00		
JAK - BOX		10:30 - 11:30		10:30 - 11:30		
AIKIDO		11:30 - 12:30		11:30 - 12:30		
FUNCIONALES		12:30 - 14:00		12:30 - 14:00		
CARDIO - BOX		14:15 - 15:30		14:15 - 15:30		
KUNG-FU ( INFANTIL)					16:30 - 17:30	KUNG FU ADU. 10:00 - 11:00 HS
KARATE - (INFANTIL)		17:30 - 18:30		17:30 - 18:30		
KUNG-FU (1 O 2 DIAS)					18:30 - 20:00	
JAK - BOX		18:30 - 19:30		18:30 - 19:30		KUNG FU INF. 11:00 - 12:30 HS
FUNCIONAL (MAQUINAS)		18:00 - 21:00		18:00 - 21:00		
K - 1		19:30 - 21:00		19:30 - 21:00	20:00 - 22:00	
KICK - BOXING		21:00 - 22:00		21:00 - 22:00		
JAK - BOX		22:00 - 23:00		22:00 - 23:00		K-1 12:30 - 14:00