



FRANCISCO NAVACERRADA ,39
28028

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	08:00 - 10:00		08:00 - 10:00		10:30 - 11:30	
MANTENIMIENTO	10:00 - 11:00		10:00 - 11:00			
FUNCIONALES	11:00 - 12:00		11:00 - 12:00		10:30 - 11:30	
CIRCUITO CROSS	13:00 - 14:00		13:00 - 14:00			
JAK - BOX	14:00 - 15:00		14:00 - 15:00		14:00 - 15:00	
FULL DANCE	15:30 - 16:30		15:30 - 16:30			
FULL DANCE	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			
CARDIO - BOX	20:00 - 21:00		20:00 - 21:00			
JAK - BOX	21:00 - 22:30		21:00 - 22:30			
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 ADULTO 10:00 - 11:00 HS KUNG FU INF. 11:00 - 12:30 HS K-1 12:30 - 14:00
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		
FUNCIONAL (MAQUINAS)		19:00 - 21:00		19:00 - 21:00		
K - 1		19:30 - 21:00		19:30 - 21:00	20:00 - 22:00	
AIKIDO		21:00 - 22:00		21:00 - 22:00		
JAK - BOX		22:00 - 23:00		22:00 - 23:00		