

ACTIVIDAD ACUÁTICA ADAPTADA • ACTIVIDAD ACUÁTICA PARA EMBARAZADAS • ACTIVIDAD ACUÁTICA PARA MAYORES • ACTIVIDAD FÍSICA • ADULTOS • ADIESTRAMIENTO CANINO • AERÓBIC • AQUAFITNESS • AQUASENIOR • ATLETISMO • BÁDMINTON • BAILES LATINOS • BALONCESTO • BAÑO FAMILIAR • BOXEO • CAMPAMENTOS DEPORTIVOS • AQUA GAP • CIRCUITO SALUD WELLNESS • DEFENSA PERSONAL • DEPORTES DE RAQUETA • EDUCACIÓN ACUÁTICA INFANTIL • EDUCACIÓN FÍSICA DE BASE • ESCALADA • ESCUELA DE ESPALDA ADULTOS • ESCUELA DE ESPALDA INFANTIL • FISIO-PILATES • FÚTBOL 7 • FÚTBOL SALA • GIMNASIA DE MANTENIMIENTO • GIMNASIA PARA MAYORES • GIMNASIA RÍTMICA • GIMNASIO • HIDROTERAPIA • JUDO • KÁRATE • KICK BOXING • NADO LIBRE • NATACIÓN (INICIACIÓN) • NATACIÓN (MANTENIMIENTO) • NATACIÓN JUVENIL • NATACIÓN PARA BEBÉS • NATACIÓN SINCRONIZADA • PADEL • PATINAJE • PILATES • PREPARACIÓN FÍSICA ATLETISMO • RITMO INFANTIL • STREET DANCE • STEP • TAICHÍ • TENIS • VOLEIBOL

CLASES ABIERTAS DEPORTE A TU AIRE

	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado
8:00	Act. Física Adultos Natacion Perf	Pilates Natacion Perf - Inic.	Act. Física Adultos Natacion Perf	Pilates Natacion Perf - Inic.	Act. Física Adultos Natacion Perf	
8:30	Aqua GAP		Aqua GAP		Aqua GAP	
8:45	Natacion Perf - Inic.	Natacion Perf - Inic.	Natacion Perf - Inic.	Natacion Perf - Inic.	Natacion Perf - Inic.	
9:00	Fitness Training		Fitness Training		Fitness Training	
10:00	Aquafitness BI Act. Física Adultos Aerobic	Aquafitness BI Mantenimiento fisico Step	Aquafitness BI Act. Física Adultos Aerobic	Aquafitness BI Mantenimiento fisico Step	Aquafitness BI Act. Física Adultos Aerobic	
10:15	Natacion Perf.	Natacion Perf - Inic.	Natacion Perf.	Natacion Perf - Inic.	Natacion Perf.	
11:00	Aquafitness AI	Aquafitness AI Circuito Wellness	Aquafitness AI	Aquafitness AI Circuito Wellness	Aquafitness AI	Pilates
12:00	Prep. Física Atletismo	Circuito Wellness	Prep. Física Atletismo	Circuito Wellness	Prep. Física Atletismo	Pilates
13:45		Aquafitness BI		Aquafitness BI		
14:00		Natacion Perf - Inic.		Natacion Perf - Inic.		
14:30	Natacion Perf - Inic.		Natacion Perf - Inic.		Natacion Perf - Inic.	
15:15	Natacion Perf - Inic.		Natacion Perf - Inic.		Natacion Perf - Inic.	
15:30		Bailes Latinos Inicic.		Bailes Latinos Inicic.		
16:30	Street Dance (P2)		Street Dance (P2)		Street Dance (P2)	
17:00	Aquafitness AI Aerobic Circuito Wellness	Aquafitness AI	Aquafitness AI Aerobic Circuito Wellness	Aquafitness AI	Aquafitness AI Aerobic Circuito Wellness	
17:40		Aquafitness AI		Aquafitness AI		
18:20	Aquafitness AI Aerobic Circuito Wellness	Aquafitness AI	Aquafitness AI Aerobic Circuito Wellness	Aquafitness AI	Aquafitness AI Aerobic Circuito Wellness	
18:30						
19:30	Prep. Física Atletismo Fitness Training	GAP	Prep. Física Atletismo Fitness Training	GAP	Prep. Física Atletismo Fitness Training	
20:30	Prep. Física Atletismo	Nat. sincronizada	Prep. Física Atletismo	Nat. sincronizada		
21:15	Natacion Perf - Inic.	Natacion Perf - Inic.	Natacion Perf - Inic.	Natacion Perf - Inic.	Natacion Perf - Inic.	
22:00		Aquafitness BI Pilates		Aquafitness BI Pilates		

Pista Polideportiva Cubierta
Sala piscina
Pista atletismo
Piscina 25 metros
Piscina 50 metros
Gimnasio
Sala de Usos Múltiples



Ayuntamiento Torremolinos



Ayuntamiento de Torremolinos

www.pmdt.es

La Dirección se reserva el derecho a la modificación de las clases de Deporte a tu aire