



SAN CRISTÓBAL DE
LA LAGUNA

Organismo Autónomo de Deportes deporte lagunero

CENTROS CIUDADANOS 2019-2020 ZONA TACO- LA CUESTA

ACTIVIDAD	LUGAR	HORARIOS
ACONDICIONAMIENTO FÍSICO I	C.C. SAN JERÓNIMO	Lunes, Miércoles y Viernes de 9:00 a 10:00 horas
ACONDICIONAMIENTO FÍSICO II		Martes y Jueves de 19:00 a 20:00, Viernes de 18:00 a 19:00 horas
PILATES SUELO		Martes y Jueves de 16:30 a 18:00 horas
YOGA		Lunes de 17:00 a 18:00 y Miércoles de 18:00 a 20:00 horas
ACONDICIONAMIENTO FÍSICO	C.C. CRISTO DEL PILAR	Lunes, Miércoles, Viernes de 16:15 a 17:15 horas
ACONDICIONAMIENTO FÍSICO	C.C. PILAR LAS TORRES	Lunes y Miércoles de 20:15 a 21:15 y Viernes de 19 a 20 horas
YOGA	CC LAS CHUMBERAS	Martes y Jueves de 20:00 a 21:30 horas
PILATES SUELO	C.C. SAN MATÍAS II	Lunes, Miércoles y Viernes de 17:00 a 18:00 horas
ACONDICIONAMIENTO FÍSICO		Lunes, Miércoles y Viernes de 16:30 a 17:30 horas
TAICHI	CC. PÉREZ SOTO	Lunes 17:00 a 18:30 y Miercoles de 18:00 a 19:30 horas
ACONDICIONAMIENTO FÍSICO		Lunes de 18:30 a 20:00 y Miércoles de 19:30 a 21:00 horas
PILATES SUELO		Lunes, Miércoles y Viernes de 10:30 a 11:30 horas
YOGA		Lunes y Miércoles de 11:30 a 13:00 horas
TAICHI	C.C.EL TRANVÍA	Martes y Jueves de 11:00 a 12:30 horas
YOGA I		Miércoles y Viernes de 10:00 a 11:30 horas
YOGA II		Lunes y Miércoles de 11:30 a 13:00 horas

CENTROS CIUDADANOS 2019-2020 ZONA CENTRO Y PERIFERIA

ACTIVIDAD	LUGAR	HORARIOS
TAICHI	C.C. GRACIA	Martes y Jueves de 19:00 a 20:30 horas
ACONDICIONAMIENTO FÍSICO		Martes y Jueves de 17:30 a 18:30 horas
PILATES SUELO	C.C. LOS DRAGOS (VILLA HILARIA)	Martes y Jueves de 9:00 a 10:30 horas
ACONDICIONAMIENTO FÍSICO		Lunes, Miércoles y Viernes de 18:00 a 19:00 horas
TAICHI	C.C. BARRIO NUEVO	Martes y Jueves de 9:00 a 10:30 horas
ACONDICIONAMIENTO FÍSICO		Martes y Jueves de 19:00 a 20:30 horas
ACONDICIONAMIENTO FÍSICO	C.C. SAN MIGUEL DE GENETO	Martes y Jueves de 19:00 a 20:30 horas
PILATES SUELO		Lunes, Miércoles y Viernes de 19:00 a 20:00 horas
YOGA	C.C. GUAJARA	Lunes, Miercoles y Viernes de 18:00 a 19:00 horas
YOGA	C.C. LAS MADRES	Martes y Jueves de 10:00 a 11:30 horas
ACONDICIONAMIENTO FÍSICO		Lunes y Miércoles de 17:00 a 18:30 horas
TAICHI	C.C. FINCA ESPAÑA	Martes y Jueves de 17:00 a 18:30 horas
ACONDICIONAMIENTO FÍSICO	C.C. SAN BARTOLOMÉ DE GENETO	Martes, Jueves de 19:00 a 20:00 y Viernes de 18:00 a 19:00 horas
PILATES SUELO		Lunes y Miércoles de 18:30 a 20:00 horas

CENTROS CIUDADANOS 2019-2020 ZONA LA COSTA - GUAMASA

ACTIVIDAD	LUGAR	HORARIOS
ACONDICIONAMIENTO FÍSICO I	C.C. TEJINA	Miercoles y Viernes de 10:00 a 11:30 horas
ACONDICIONAMIENTO FÍSICO II		Lunes y Miércoles de 18:00 a 19:00 y Jueves 17:45 a 18:45 horas
PILATES SUELO		Lunes, Martes y Jueves de 19:00 a 20:00 horas
ACONDICIONAMIENTO FÍSICO	C.C. VALLE DE GUERRA	Martes y Jueves de 10:30 a 12:00 horas
DANCE FIT		Lunes y Miércoles de 17:30 a 19:00 horas
PILATES SUELO		Lunes y Miércoles de 19:00 a 20:30 horas
JUEGO DEL PALO		Martes y Jueves de 17:00 a 19:00 horas
PILATES SUELO	C.C. PUNTA DEL HIDALGO	Lunes y Miércoles de 16:30 a 18:00 horas
ACONDICIONAMIENTO FÍSICO		Lunes , Martes y Jueves de 19:00 a 20:00 horas

TAICHI	C.C. SAN DIEGO	Lunes y Miércoles de 20:00 a 21:30 horas
DANCE FIT		Martes y Jueves de 20:15 a 21:15 horas
PILATES SUELO		Martes y Jueves de 10:30 a 12:00 horas