

**abilion**Kirol Kudeaketa eta Errendimendua
Gestión y Rendimiento del Deporte**EKINTZA ZUZENDUAK**
ACTIVIDADES DIRIGIDASwww.abilion.net
m: info@abilion.netzerbitzua
euskaraz

/ EKINTZA ZUZENDUAK ORDUTEGIA /

UZTAILA 2023 DEBAKO UDAL KIROLDEGIA

ASTH L	AST M	ASTZ X	OSTG J	OST V
9:45 SPINNING	9:45 PILATES (1) - +65 (1)	9:45 SPINNING	9:45 PILATES (1) - +65 (1)	9:30 ARRAUNA
11:00 Fitness GAZTEA 12-13	11:00 PILATES (2) - +65 (2)	11:00 Fitness GAZTEA 12-13	11:00 PILATES (2) - +65 (2)	11:00 Fitness GAZTEA 12-13
12:00 Fitness GAZTEA 14-15-16	/	12:00 Fitness GAZTEA 14-15-16	/	12:00 Fitness GAZTEA 14-15-16
15:00 PILATES	15:00 MULTIFITNESS	15:00 PILATES	15:00 MULTIFITNESS	/
/	/	/	/	/
17:00 ARRAUNA	17:00 PILATES	17:00 ARRAUNA	17:00 PILATES	/
18:00 SPINNING	18:00 MULTIFITNESS	18:00 SPINNING	18:00 MULTIFITNESS	18:00 KROSSFIT (1)
19:00 PILATES	19:00 KROSSFIT	19:00 PILATES	19:00 KROSSFIT	19:00 KROSSFIT (2)
20:00 FITBOXE	/	20:00 FITBOXE	/	/

Ordutegiak aldaketak jasan ditzake eskaeraren arabera. / El horario podrá ser susceptible de cambios según demanda.

/ SPINNING BIRTUALA ORDUTEGIA /

ASTH L	AST M	ASTZ X	OSTG J	OST V	LAR S	IGAN D
-	9:45	-	9:45	9:45	9:15	9:15
17:00	-	17:00	-	15:00	10:30	10:30
19:00	18:00	19:00	18:00	18:00	11:45	11:45
20:00	20:00	20:00	20:00	19:30	18:00	-

Spinning Birtuala ez da bazkietzaren barnean sartzen. Leku erreserbak harreraren edo Facebook bitartez.
/ Spinning Virtual no entra dentro de la cuota de socio. Reserva plaza en recepción o Facebook.