

## OFERTA ESPECIAL PARA EL COLEGIO DE ENFERMERÍA DE BURGOS:

BONO DE 10 SESIONES DE ENTRENAMIENTO:

# 80€.

\*Los bonos tienen una caducidad de un año, y dan acceso a todas las clases y servicios de CD Volcano.

\*Los bonos son personales e intransferibles.

volcano<sup>37</sup>  
centro deportivo

DESDE EL 01 DE MARZO DE 2018

	DOMINGO	LUNES	MARTES	MÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
08:30	SPV/1	SPV/1	SPV/1	SPV/1	SPV/1	SPV/1
08:00	GRAVITY10	HIIT-BOXING	TRX	GRAVITY10	GRAVITY10	GRAVITY10
09:00	CORE	VHT	CORE	HIIT	VHT	VHT
10:00	GRAVITY10	HIPO-LATES	SPINNING	ENTRENAMIENTO FUNCIONAL	GRAVITY10	GRAVITY10
10:30	GRAVITY10	ZUMBA	SPINNING	GAP	SPV/1	SPV/1
11:00	SPINNING	GRAVITY10	GRAVITY10	GRAVITY10	HIPO-LATES	HIPO-LATES
11:30	A. FISICO	SPINNING	A. FISICO	COORD. AEROB.	A. FISICO	A. FISICO
14:30	BOOYTRICK	GRAVITY10	LEARN TO LEAN	BOOYTRICK	BOOYTRICK	HIIT-BOXING
17:00	GRAVITY10	GRAVITY10	BOOYTRICK	GRAVITY10	GAP	GAP
18:00	GRAVITY5	HIIT-BOXING	SPINNING	BOOYTRICK	HIIT-BOXING	HIIT-BOXING
18:30	ZUMBA	BOOYTRICK	GRAVITY5	HIIT-BOXING	HIIT-BOXING	HIIT-BOXING
19:00	CORE	TRX	CORE	TRX	CORE	CORE
19:30	SPV/1	SPV/1	SPV/1	SPV/1	BOOYTRICK	BOOYTRICK
19:45	BOOYTRICK	ENTRENAMIENTO FUNCIONAL	ZUMBA	GRAVITY10	STEP	
19:45	GRAVITY10	ENTRENAMIENTO FUNCIONAL	ZUMBA	GRAVITY10		
20:40	SPV/1	GRAVITY5	GRAVITY10	GRAVITY10	HIPO-LATES	SPV/1
20:40	VHT	BOOYTRICK	LEARN TO LEAN	BOOYTRICK	HIPO-LATES	SPV/1
20:40	HIPO-LATES	HIIT	ENTRENAMIENTO FUNCIONAL	BOOYTRICK	BOOYTRICK	SPV/1
SÁBADO 3	SÁBADO 10	SÁBADO 17	SÁBADO 24	JUEVES SANTO 29	SÁBADO 31	
09:15	C. D. PERSONAL	C. D. PERSONAL	C. D. PERSONAL	C. D. PERSONAL	JUEVES SANTO 29	SÁBADO 31
11:00	SPV/1	STEP	SPV/1	GRAVITY10	SPV/1	SPV/1
12:15	HIIT	SPV/1	LEARN TO LEAN	SPV/1	CORE	TRX
13:30	CLASE SALUD & EQUILIBIO	VHT	CLASE SALUD & EQUILIBIO	A. FISICO		
DOMINGO 4	DOMINGO 11	DOMINGO 18	DOMINGO 25	VIERNES SANTO 30	DOMINGO 1 ABRIL	
11:00	CROSSWELL	SPV/1	HIPO-LATES	SPV/1	SPV/1	SPV/1
12:15	SPV/1	BOOYTRICK	SPV/1	GRAVITY10	VHT	GAP

CLASE BAJO RESERVA. DURACIÓN: GRAVITY 5: 45' TRX: 30' CORE: 30'

CLASE BAJO RESERVA. DURACIÓN: GRAVITY 10: 60' TRX: 30' CORE: 30'

CLASE BAJO RESERVA. DURACIÓN: HIIT: 45' TRX: 30' CORE: 30'

CLASE BAJO RESERVA. DURACIÓN: SPINNING: 45'

CLASE BAJO RESERVA. DURACIÓN: A. FISICO: 45'

CLASE BAJO RESERVA. DURACIÓN: BOOYTRICK: 45'

CLASE BAJO RESERVA. DURACIÓN: LEARN TO LEAN: 45'

CLASE BAJO RESERVA. DURACIÓN: VHT: 45'

CLASE BAJO RESERVA. DURACIÓN: HIPO-LATES: 45'

CLASE BAJO RESERVA. DURACIÓN: STEP: 45'

CLASE BAJO RESERVA. DURACIÓN: ZUMBA: 45'

CLASE BAJO RESERVA. DURACIÓN: CROSSWELL: 45'

CLASE BAJO RESERVA. DURACIÓN: SPV/1: 45'

CLASE BAJO RESERVA. DURACIÓN: CORE: 30'

CLASE BAJO RESERVA. DURACIÓN: TRX: 30'

CLASE BAJO RESERVA. DURACIÓN: HIIT: 45'

CLASE BAJO RESERVA. DURACIÓN: ENTRENAMIENTO FUNCIONAL: 45'

CLASE BAJO RESERVA. DURACIÓN: COORD. AEROB.: 45'

CLASE BAJO RESERVA. DURACIÓN: GAP: 45'