

CENTRO DEPORTIVO "LOS NOGALES" ROA



Empieza el Año con Deporte

En el mes de ENERO

MARTES Y JUEVES 16:15 GIMNASIA DE MANTENIMIENTO

JUEVES 10:15 MEMORIA PARA ADULTOS



MARTES Y JUEVES 11:00 H Y 19:20 H CICLO

LUNES, MIÉRCOLES Y VIERNES 19:30 HORAS



MARTES Y JUEVES 12:00H Y 17:15H STRECHING + GAP

(ESTIRAMIENTOS + TONIFICACIÓN)



LUNES Y VIERNES 17:20 H ZUMBA



APUNTATE EN EL GIMNASIO DE 9:30 a 21:30 O EN EL 947 540837