

2026/2027 KIROLDEGIKO IKASTAROAK

URRIA-ABENDUA

NAGUSIAK (+13)

Ordutegia 55'	Astelehena -Asteazkena	Asteartea-Osteguna
09:00		IGERI-MANTENU +65
09:30		MULTI-FITNESS
10:00		PILATES
10:30		AQUA-AEROBIK
11:00		IGERI-MANTENU
11:30		MULTI-FITNESS +65
14:45	MULTI-FITNESS	CORE-TONO
17:30		MULTI-FITNESS
18:00	CYCLING	
18:30	IGERI-MANTENU	IGERI-TEKNIKA
	PILATES	MULTI-FITNESS
		AQUA-AEROBIK
18:45 (ostirala)	DIBERTSITATE FUNTZIONALA	
19:00	CROSS-TRAINING	
19:30	IGERI-AUTONOMIA	IGERI-ESTILOA
	PILATES	MULTI-FITNESS
		AQUA-AEROBIK
20:00	CROSS-TRAINING	

2026/2027 KIROLDEGIKO IKASTAROAK

URRIA-ABENDUA

IGERIKETA UMEAK



Ordutegia 45'	Astelehena -Asteazkena	Asteartea-Osteguna
16:15	ITSAS-ZALDIA	PINGUINOA
16:30	DORTOKA	TRIFI-TRAPU
17:00	ITSAS-ZALDIA	PINGUINOA
17:15	DORTOKA	TRIFI-TRAPU
17:45		ITSAS-TXAKURRA
18:00	DORTOKA	

IGERI FROGA-MAILAK: Irailaren 14 eta 15ean. Aurretik hitzordua hartu behar da.

IZENA EMATEA
Irailaren 7tik 16ra

ondarroaizapideak.eus
946134209/688862133

