

# CUADRANTE ACTIVIDADES PISCINA **mais auga** COIA XULLO 2018

luns			martes			mércores			xoves			venres		
horario	actividade	min.	horario	actividade	min.	horario	actividade	min.	horario	actividade	min.	horario	actividade	min.
07:15	<b>MQ MÁSTER</b>	45'	07:15	<b>MQ MÁSTER</b>	45'	07:15	<b>MQ MÁSTER</b>	45'	07:15	<b>MQ MÁSTER</b>	45'			
08:45	<b>MQ A.F. AUGA</b>	45'	08:45	<b>MQ PROGRESA VG</b>	45'	08:45	<b>MQ A.F. AUGA</b>	45'	08:45	<b>MQ PROGRESA VG</b>	45'	09:30	<b>MQ FUNCIONAL</b>	45'
09:30	<b>MQ DESCUBRE</b>	45'	09:30	<b>MQ PERFECCIONA</b>	45'	09:30	<b>MQ DESCUBRE</b>	45'	09:30	<b>MQ PERFECCIONA</b>	45'	10:15	<b>EMBARAZAUGA</b>	45'
10:15	<b>MQ AQUAGYM</b>	45'	10:15	<b>MQ AQUAGYM</b>	45'	10:15	<b>MQAQUAGYM</b>	45'	10:15	<b>MQAQUAGYM</b>	45'	11:00	<b>MQAQUAGYM</b>	45'
11:00	<b>MQ PROGRESA VG</b>	45'	11:00	<b>MQ FUNCIONAL</b>	45'	11:00	<b>MQ PROGRESA VG</b>	45'	11:00	<b>MQ FUNCIONAL</b>	45'			
			18:45	<b>MQ PROGRESA VG</b>	45'				18:45	<b>MQ PROGRESA VG</b>	45'	19:30	<b>EMBARAZAUGA</b>	45'
19:30	<b>MQ DESCUBRE</b>	45'	19:30	<b>MQ AQUAGYM</b>	45'	19:30	<b>MQ DESCUBRE</b>	45'	19:30	<b>MQ AQUAGYM</b>	45'	20:00	<b>TRAVESÍAS</b>	60'
20:15	<b>MQ AQUAGYM</b>	45'	20:15	<b>MQ AQUATRaining</b>	45'	20:15	<b>MQ AQUAGYM</b>	45'	20:15	<b>MQ AQUATRaining</b>	45'			
21:00	<b>MQ PERFECCIONA</b>	45'				21:00	<b>MQ PERFECCIONA</b>	45'						

## AQUAPARTY

### MAÑANS:

Luns a Xoves dende as 12:00 as 14:00

Venres dende as 12:00 as 14:00

Sabados dende as 09:00 as 14:00

### TARDES:

Luns e Mercores dende as 17:30 as 19:30

Martes e Xoves dende as 17:30 as 18:45

Venres dende as 17:30 as 22:00

