



ADOLESCENCIA VERANO 2025 (16 dic al 28 feb)

JUVENILES 12-13

LUNES, MIÉRCOLES Y VIERNES

14:00 a 15:00	Acondicionamiento Físico en sala
15:00 a 16:00	Acondicionamiento Físico en sala
15:00 a 15:30	Natación Enseñanza principiantes
15:00 a 16:00	Handbol
15:30 a 16:00	Natación Enseñanza avanzados
16:00 a 17:00	Fútbol
16:00 a 17:00	Deportes alternativos
16:15 a 17:45	Plantel Natación
17:00 a 18:00	Básquetbol
17:00 a 18:00	Paleta
18:00 a 19:00	Vóleibol
19:00 a 20:00	Escalada (solo lunes)
19:15 a 19:45	Natación Enseñanza principiantes

MARTES Y JUEVES

14:00 a 15:00	Fútbol Fem.
15:00 a 16:00	Acondicionamiento Físico en sala
15:00 a 16:00	Hockey
16:00 a 17:00	Fútbol
16:00 a 16:45	Waterpolo/Vóleibol Acuático
16:00 a 17:00	Vóleibol
16:00 a 17:00	Gimnasia artística
17:00 a 17:45	Ritmos y Danzas Urbanas
17:00 a 18:00	Básquetbol
17:15 a 18:00	Natación enseñanza
18:00 a 19:00	Deportes alternativos
18:00 a 19:00	Telas y Acrobacias
18:00 a 19:15	Plantel Natación
19:00 a 20:00	Escalada
19:15 a 20:00	Natación enseñanza

SÁBADO

10:00 a 11:00	Voleibol
11:00 a 12:00	Fútbol

JUVENILES 14-17

LUNES, MIÉRCOLES Y VIERNES

08:00 a 21:00	Sala de musculación
09:00 a 14:00	Natación libre Avanzados
08:30 a 09:30	Gimnasia aerolocal (*)
09:30 a 11:00	Fútbol +16 años (*)
14:30 a 15:15	Pilates (*)
15:00 a 15:30	Natación enseñanza principiantes
15:30 a 16:00	Natación enseñanza avanzados
16:00 a 17:00	Vóleibol principiantes
16:00 a 16:45	Aerolocal (*)
16:15 a 17:45	Plantel Natación
16:50 a 17:35	Bike (*)
17:00 a 17:45	Natación enseñanza (*)
17:00 a 18:00	Vóleibol recreativo
17:00 a 18:00	Paleta
18:30 a 20:00	Básquetbol
19:00 a 20:00	Escalada (solo lunes)
19:00 a 20:15	Fútbol
19:15 a 20:00	Yoga (*)
20:00 a 20:45	YMCA Circuit (*)
20:15 a 21:30	Vóleibol Fem. +16 años (*)
20:15 a 21:30	Fútbol Fem. (+16, solo
19:45 a 20:30	Natación enseñanza (*)
19:45 a 21:00	Natación libre Avanzados

MARTES Y JUEVES

08:00 a 21:00	Sala de musculación
08:30 a 09:15	Fr hiit
14:00 a 15:00	Fútbol Fem.
15:00 a 16:00	Fútbol 14 y 15 años
15:00 a 15:45	Aerolocal (*)
15:00 a 16:00	Hockey
16:00 a 17:00	Básquetbol
16:00 a 17:00	Gimnasia artística
16:00 a 16:45	Waterpolo/Vóleibol acuático
17:00 a 17:45	Bike (*)
17:00 a 18:00	Handbol
17:00 a 17:45	Ritmos y Danzas urbanas
17:00 a 18:00	Vóleibol principiantes
17:15 a 18:00	Natación enseñanza
18:00 a 19:00	Deportes alternativos
18:00 a 18:45	Fitness acuático (*)
18:00 a 19:00	Telas y Acrobacias
18:00 a 19:00	Vóleibol avanzados
18:00 a 19:15	Plantel Natación
19:00 a 20:00	Escalada
19:00 a 20:00	Yoga (*)

19:00 a 20:00	Fútbol +16 años (*)
19:00 a 19:45	YMCA Circuit (*)
19:15 a 20:00	Natación enseñanza
19:45 a 21:00	Natación libre Avanzados

SÁBADO

10:00 a 11:00	Voleibol
---------------	----------

(*) ACTIVIDAD COMPARTIDA CON ADULTOS