

| Hora de Inicio                                                                                              | <div><div><div><div><div><div></div><div></div><div></div></div><div><div></div><div></div><div></div></div></div><div><div>PAIDESPORT</div><div>CENTER</div></div></div><div>BASSA</div><div>DEL 1 JULIO 2025 AL 31 JULIO 2025</div></div></div> |                           |                           |                           |                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                               | Hora de Inicio |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------|---------------------------|---------------------------|---------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------|----------------|
|                                                                                                             | LUNES                                                                                                                                                                                                                                             | MARTES                    | MIERCOLES                 | JUEVES                    | VIERNES                   | SABADO                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | DOMINGO                       |                |
| MAÑANA (de 9h a 12h)                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                   |                           |                           |                           |                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                               |                |
| 7:45                                                                                                        | CICLO (45 ') (SC)                                                                                                                                                                                                                                 | BODY PUMP (45 ') (S1)     | CICLO VIRTUAL (45 ') (SC) | CICLO VIRTUAL (45 ') (SC) | CICLO (45 ') (SC)         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                               | 7:45           |
| 7:45                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                   | CICLO VIRTUAL (45 ') (SC) | PAIDE CROSS (30 ') (ZEF)  |                           |                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                               | 7:45           |
| 8:30                                                                                                        | ABDOMINALES (15 ') (S2)                                                                                                                                                                                                                           |                           |                           |                           | ABDOMINALES (15 ') (S2)   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                               | 8:30           |
| 9:15                                                                                                        | BODY PUMP (45 ') (S1)                                                                                                                                                                                                                             | CICLO (45 ') (SC)         | AQUADYNAMIC. (45 ') (P)   | CICLO (45 ') (SC)         | ZUMBA (55 ') (S1)         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                               | 9:15           |
| 9:15                                                                                                        | CICLO VIRTUAL (45 ') (SC)                                                                                                                                                                                                                         |                           | BODY COMBAT 1 (45 ') (S1) |                           | BODY BALANCE (45 ') (S2)  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                               | 9:15           |
| 9:15                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                   |                           | CICLO VIRTUAL (45 ') (SC) |                           | CICLO VIRTUAL (45 ') (SC) |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                               | 9:15           |
| 9:30                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                   | ZUMBA (55 ') (S1)         |                           |                           |                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                               | 9:30           |
| 10:00                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                   |                           |                           | YOGA (55 ') (S2)          |                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                               | 10:00          |
| 10:15                                                                                                       | AQUADYNAMIC. (45 ') (P)                                                                                                                                                                                                                           | AQUADYNAMIC. (45 ') (P)   | BODY BALANCE (45 ') (S1)  | AQUADYNAMIC. (45 ') (P)   | BODY PUMP (45 ') (S1)     | CICLO (45 ') (SC)                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | CICLO VIRTUAL (45 ') (SC)     | 10:15          |
| 10:15                                                                                                       | CICLO VIRTUAL (45 ') (SC)                                                                                                                                                                                                                         | CICLO VIRTUAL (45 ') (SC) | CICLO VIRTUAL (45 ') (SC) | CICLO VIRTUAL (45 ') (SC) | CICLO VIRTUAL (45 ') (SC) |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                               | 10:15          |
| 11:15                                                                                                       | CICLO VIRTUAL (45 ') (SC)                                                                                                                                                                                                                         | GLUTEBOOM (45 ') (S1)     | AQUADYNAMIC (45 ') (P)    | CICLO VIRTUAL (45 ') (SC) | AQUADYNAMIC. (45 ') (P)   | BODY PUMP (45 ') (S1)                                                                                                                                                                                                                                                                                                | CICLO VIRTUAL (45 ') (SC)     | 11:15          |
| 11:15                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                   | CICLO VIRTUAL (45 ') (SC) | CICLO VIRTUAL (45 ') (SC) |                           | CICLO VIRTUAL (45 ') (SC) | CICLO VIRTUAL (45 ') (SC)                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                               | 11:15          |
| MEDIODÍA (de 12h a 17h)                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                   |                           |                           |                           |                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                               |                |
| 12:15                                                                                                       | CICLO VIRTUAL (45 ') (SC)                                                                                                                                                                                                                         | CICLO VIRTUAL (45 ') (SC) | CICLO VIRTUAL (45 ') (SC) | CICLO VIRTUAL (45 ') (SC) | CICLO VIRTUAL (45 ') (SC) | AQUADYNAMIC (45 ') (P)                                                                                                                                                                                                                                                                                               | CICLO VIRTUAL (45 ') (SC)     | 12:15          |
| 12:15                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                   |                           |                           |                           |                           | CICLO VIRTUAL (45 ') (SC)                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                               | 12:15          |
| 13:15                                                                                                       | CICLO (45 ') (SC)                                                                                                                                                                                                                                 | BODY COMBAT 1 (45 ') (S1) | CICLO VIRTUAL (45 ') (SC) | BODY PUMP (45 ') (S1)     | CICLO VIRTUAL (45 ') (SC) | CICLO VIRTUAL (45 ') (SC)                                                                                                                                                                                                                                                                                            | CICLO VIRTUAL (45 ') (SC)     | 13:15          |
| 13:15                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                   | CICLO VIRTUAL (45 ') (SC) |                           | CICLO VIRTUAL (45 ') (SC) |                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                               | 13:15          |
| 14:00                                                                                                       | BODY PUMP (45 ') (S1)                                                                                                                                                                                                                             |                           |                           |                           |                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                               | 14:00          |
| 14:15                                                                                                       | CICLO VIRTUAL (45 ') (SC)                                                                                                                                                                                                                         | CICLO VIRTUAL (45 ') (SC) | CICLO VIRTUAL (45 ') (SC) | CICLO VIRTUAL (45 ') (SC) | CICLO VIRTUAL (45 ') (SC) |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                               | 14:15          |
| 15:15                                                                                                       | CICLO VIRTUAL (45 ') (SC)                                                                                                                                                                                                                         | CICLO VIRTUAL (45 ') (SC) | CICLO VIRTUAL (45 ') (SC) | CICLO VIRTUAL (45 ') (SC) | CICLO VIRTUAL (45 ') (SC) |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                               | 15:15          |
| 15:30                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                   |                           |                           | ZUMBA (55 ') (S1)         |                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                               | 15:30          |
| 16:15                                                                                                       | CICLO VIRTUAL (45 ') (SC)                                                                                                                                                                                                                         | CICLO VIRTUAL (45 ') (SC) | CICLO VIRTUAL (45 ') (SC) | CICLO VIRTUAL (45 ') (SC) | CICLO VIRTUAL (45 ') (SC) |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                               | 16:15          |
| TARDE (de 17h al cierre)                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                   |                           |                           |                           |                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                               |                |
| 17:00                                                                                                       | YOGA (55 ') (S2)                                                                                                                                                                                                                                  | BODY COMBAT 1 (45 ') (S1) |                           | BODY PUMP (45 ') (S1)     |                           | <div><div>LEYENDA SALAS</div><div>P: PISCINA<br/>S1: SALA 1<br/>S2: SALA 2<br/>SC: SALA CICLO<br/>ZEF: ZONA E. FUNCIONAL<br/>:</div><div>TIPO ACTIVIDAD</div><div>ACUÁTICAS</div><div>BAILE</div><div>CARDIO</div><div>CARDIO-TONO</div><div>CUERPO-MENTE</div><div>TONO</div><div>VIRTUALES</div></div> <div></div> | 17:00                         |                |
| 17:15                                                                                                       | CICLO VIRTUAL (45 ') (SC)                                                                                                                                                                                                                         | CICLO VIRTUAL (45 ') (SC) | CICLO VIRTUAL (45 ') (SC) | CICLO VIRTUAL (45 ') (SC) | CICLO (45 ') (SC)         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | 17:15                         |                |
| 18:00                                                                                                       | ZUMBA (55 ') (S1)                                                                                                                                                                                                                                 | BODY PUMP (45 ') (S1)     | GLUTEBOOM (45 ') (S1)     | BODY BALANCE (45 ') (S1)  |                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | 18:00                         |                |
| 18:15                                                                                                       | CICLO (45 ') (SC)                                                                                                                                                                                                                                 | CICLO VIRTUAL (45 ') (SC) | YOGA (55 ') (S2)          | CICLO VIRTUAL (45 ') (SC) | BODY COMBAT 1 (45 ') (S1) |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | 18:15                         |                |
| 18:15                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                   |                           | CICLO VIRTUAL (45 ') (SC) |                           | CICLO VIRTUAL (45 ') (SC) |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | 18:15                         |                |
| 19:00                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                   |                           |                           | PAIDE TOTAL (45 ') (S2)   |                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | 19:00                         |                |
| 19:15                                                                                                       | AQUADYNAMIC (45 ') (P)                                                                                                                                                                                                                            | BODY BALANCE (45 ') (S1)  | AQUADYNAMIC (45 ') (P)    | CICLO (45 ') (SC)         | CICLO VIRTUAL (45 ') (SC) |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | 19:15                         |                |
| 19:15                                                                                                       | BODY COMBAT 1 (45 ') (S1)                                                                                                                                                                                                                         | CICLO (45 ') (SC)         | BODY PUMP (45 ') (S1)     |                           |                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | 19:15                         |                |
| 19:15                                                                                                       | CICLO VIRTUAL (45 ') (SC)                                                                                                                                                                                                                         |                           | CICLO VIRTUAL (45 ') (SC) |                           |                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | 19:15                         |                |
| 20:00                                                                                                       | CNPAIDE (45 ') (P)                                                                                                                                                                                                                                |                           | BODY COMBAT 2 (45 ') (S2) | CNPAIDE (45 ') (P)        |                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | 20:00                         |                |
| 20:15                                                                                                       | GLUTEBOOM (45 ') (S1)                                                                                                                                                                                                                             | AQUADYNAMIC (45 ') (P)    | ZUMBA (55 ') (S1)         | BODY PUMP (45 ') (S1)     | CICLO VIRTUAL (45 ') (SC) |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                               | 20:15          |
| 20:15                                                                                                       | BODY BALANCE (45 ') (S2)                                                                                                                                                                                                                          | BODY PUMP (45 ') (S1)     | CICLO (45 ') (SC)         | CICLO VIRTUAL (45 ') (SC) |                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                               | 20:15          |
| 20:15                                                                                                       | CICLO VIRTUAL (45 ') (SC)                                                                                                                                                                                                                         | CICLO VIRTUAL (45 ') (SC) |                           |                           |                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                               | 20:15          |
| 21:15                                                                                                       | CICLO VIRTUAL (30 ') (SC)                                                                                                                                                                                                                         | CICLO VIRTUAL (30 ') (SC) | CICLO VIRTUAL (30 ') (SC) | CICLO VIRTUAL (30 ') (SC) | CICLO VIRTUAL (45 ') (SC) |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                               | 21:15          |
|                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                   |                           |                           |                           |                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                               |                |
|                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                   |                           |                           |                           |                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                               |                |
|                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                   |                           |                           |                           |                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                               |                |
|                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                   |                           |                           |                           |                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                               |                |
|                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                   |                           |                           |                           |                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                               |                |
| También puede consultar los horarios en <a href="https://www.paidesportcenter.com">Paidesportcenter.com</a> |                                                                                                                                                                                                                                                   |                           |                           |                           |                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | (!): Actividad fuera de cuota |                |