

# PILATES

## 2024/2025



LUNES Y MIÉRCOLES

18:30 H

MARTES Y JUEVES

9:30 H | 10:30 H | 19:00 H | 20:00 H

# ZUMBA



LUNES Y MIÉRCOLES

19:00 H

INFORMACIÓN

645006500

ISA\_GUADO@HOTMAIL.COM



DEPORTE ASTURIANO  
GOBIERNO DEL PRINCIPADO DE ASTURIAS

EL CRISTO

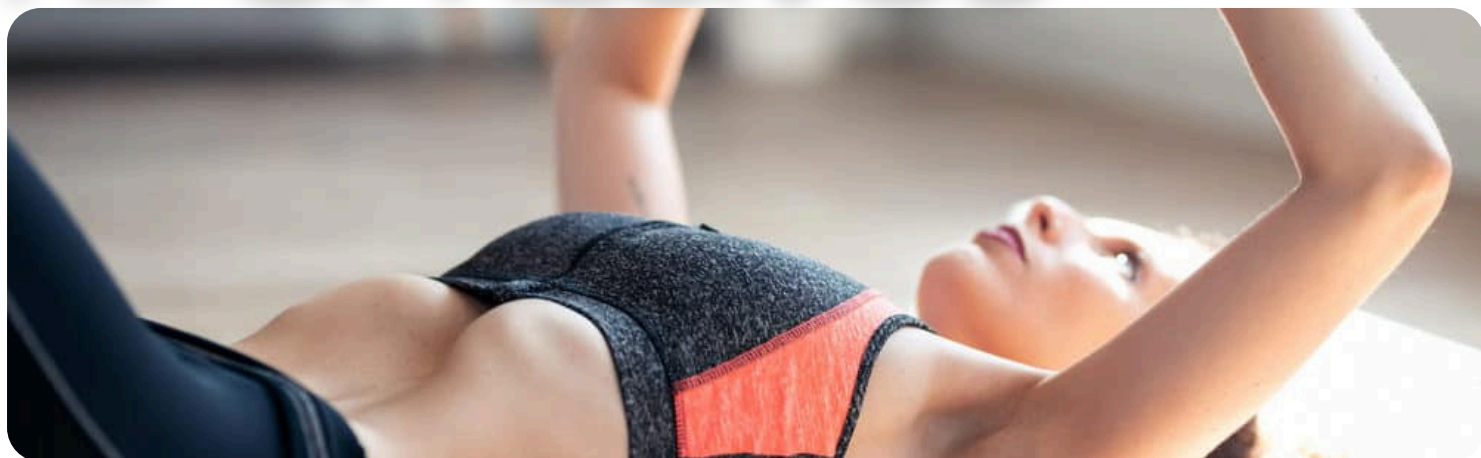
# MOVIMIENTO SALUDABLE

# 2024 2025



LUNES Y MIÉRCOLES  
17:30 H

# HIPOPRESIVOS



MARTES  
9:00 H  
JUEVES  
18.30 H

INFORMACIÓN  
645006500  
ISA\_GUADO@HOTMAIL.COM



DEPORTE ASTURIANO  
GOBIERNO DEL PRINCIPADO DE ASTURIAS

EL CRISTO

# YOGA 2024/2025



LUNES Y MIÉRCOLES  
19:30 H

INFORMACIÓN  
659006323  
PEPA



DEPORTE ASTURIANO  
GOBIERNO DEL PRINCIPADO DE ASTURIAS

EL CRISTO

# NATACIÓN

# SINCRONIZADA



LUNES A VIERNES

GRUPO ALEVÍN 17:15 A 19:00 H

GRUPO INFANTIL Y JUNIOR 18:45 A 20:30 H

CLUB NATACIÓN SINCROASTUR  
¿QUIERES UNIRTE A NUESTRO EQUIPO DE  
NATACIÓN SINCRONIZADA?

INFÓRMATE  
660525088

[SINCROASTUR.CN@GMAIL.COM](mailto:SINCROASTUR.CN@GMAIL.COM)



# KÁRATE 2024/2025



**INFANTIL [7-12 AÑOS]  
LUNES Y MIÉRCOLES  
19:00H A 20:00H**

**ADULTOS [12-99 AÑOS]  
LUNES Y MIÉRCOLES  
20:00H A 21:30H**

**KARATE ESTADIO  
677813219  
KARATEESTADIO@GMAIL.COM  
MÓNICA**



**DEPORTE ASTURIANO**  
GOBIERNO DEL PRINCIPADO DE ASTURIAS

**EL CRISTO**

# KÁRATE

## 2024/2025



**ADULTOS**  
**JUEVES**  
**18:45H A 20:15H**

**CLUB DEPORTIVO ARENAS**  
**649043137**  
**ANGEL@ARENASSPORT.COM**  
**JESÚS**



**DEPORTE ASTURIANO**  
GOBIERNO DEL PRINCIPADO DE ASTURIAS

**EL CRISTO**

# AIKIDO

## 2024/2025



MARTES Y JUEVES  
20:15H

ACTIVIDAD IMPARTIDA POR PROFESORES DE LA  
ASOCIACIÓN ESPAÑOLA DE TÉCNICOS DE AIKIDO  
DIRIGIDA A ADULTOS MAYORES DE 14 AÑOS

INFORMACIÓN  
CONTACTE CON LOS TÉCNICOS EN EL HORARIO DE LA  
ACTIVIDAD



DEPORTE ASTURIANO  
GOBIERNO DEL PRINCIPADO DE ASTURIAS

EL CRISTO

# ESGRIMA

# 2024



LUNES 20:00 H  
MIÉRCOLES 19:30H

ACTIVIDAD IMPARTIDA POR TÉCNICOS DEL CLUB  
SALA DE ARMAS.

DIRIGIDA A ADULTOS MAYORES DE 14 AÑOS

INFORMACIÓN

CONTACTE CON LOS TÉCNICOS EN EL HORARIO DE  
LA ACTIVIDAD



DEPORTE ASTURIANO  
GOBIERNO DEL PRINCIPADO DE ASTURIAS

EL CRISTO