

ARTES MARCIALES

L, Mi, J	Aikido	5:45 A 7:00 AM
L, Mi, V	Aikido	7:00 A 8:00 PM 8:00 A 9:00 PM
L, Mi, V	Chi Kung	8:00 A 9:00 AM 9:00 A 10:00 AM
M, J	Tai Chi	9:00 A 10:00 AM 8:00 A 9:00 PM
M, J	KungFu Sil-Lum +6	5:00 A 6:30 PM 6:30 A 8:00 PM

CLASES PARA NIÑOS

L, Mi	Mini Yoga +3	5:30 A 6:30 PM
M, J	Yoga Niños +6	5:30 A 6:30 PM
M	Mini Ballet +16	4:30 A 5:30 PM
L, Mi	Preballet +3	4:00 A 5:00 PM
L, Mi	Ballet +5	5:00 A 6:00 PM
S	Flamenco +3	10:30 A 11:30 AM
S	Flamenco +6	11:30 A 1:30 PM
M, J	KungFu Sil-Lum +5	4:00 A 5:00 PM
L, Mi, V	Aikido +9	6:00 A 7:00 PM

YOGA

L, Mi, V	Kundalini	9:00 A 10:30 AM
M, J	Kundalini	6:00 A 7:30 AM 5:30 A 6:30 PM 6:30 A 8:00 PM
L, Mi, V	Hatha Yoga	6:00 A 7:00 AM 8:15 A 9:45 AM 9:30 A 10:45 AM
L, M, Mi, J	Hatha Yoga	5:45 A 7:00 PM 8:15 A 9:30 PM
L, Mi	Hatha Yoga	7:00 A 8:15 PM
V	Hatha Yoga	7:15 A 8:30 PM
M, J	Hatha Yoga	9:00 A 10:00 AM
M, J	Hatha Suave	7:00 A 8:00 PM
L, Mi	Hatha Suave	8:00 A 9:00 PM
M, J	Ashtanga	8:15 A 9:45 AM 7:00 A 8:15 PM
L, Mi	K. Prenatal	7:00 A 8:30 PM
S	Yoga Cuerdas Previa Cita	10:00 A 11:15 AM

DANZAS

L, Mi	Ballet +9	4:00 A 5:00 PM
M, J	D. Árabe	8:00 A 9:30 PM
L, M, Mi, J	D. Aérea +6	4:00 A 5:30 PM 5:30 A 7:00 PM 7:00 A 8:30 PM
L, M, Mi, J	Flamenco	7:00 A 8:00 PM
M, Mi, J	Flamenco Avanzado	8:00 A 9:00 PM
M, J	Flamenco Rit.Reductiva	8:30 A 9:30 AM
M, J	R. Latinos	8:00 A 9:00 PM
L	R. Latinos	8:30 A 9:30 PM
L, Mi, V	R. Cubanos	08:00 A 09:00 AM 11:00 A 12:00 PM

FITNESS

L, M, Mi, JyV	Marine Training +16	7:00 A 8:00 AM 9:00 A 10:00 AM 7:00 A 8:00 PM 8:00 A 9:00 PM 9:00 A 10:00 PM
M, J	Pilates	8:00 A 9:00 AM
M, J	Callanetics	5:30 A 7:00 PM



avemed

26/05/17

📍 Mariano Narváez 414 Col. Alpes Nte.

📱 Avemed Saltillo
Tels. (844) 485.33.44 o 45
www.avemed.org