



gimnasio
KEN KYU KAI
Hecho de Gente

horarios 10/11

General Dávila, 11 28003 Madrid • Metro: Guzmán El Bueno (Líneas 6 y 7) • Telf: 91 534 95 71 • www.gimnasiokenkyukai.com

	LUNES		MARTES		MIÉRCOLES		JUEVES		VIERNES	
MAÑANAS	sala 1	sala 2	sala 1	sala 2	sala 1	sala 2	sala 1	sala 2	sala 1	sala2
10 a 11				Pilates				Pilates		
13.30 a 14.30			Ju Jitsu				Ju Jitsu			
TARDES	sala 1	sala 2	sala 1	sala 2	sala 1	sala 2	sala 1	sala 2	sala 1	sala2
14.30 a 15.30				Pilates				Pilates		
15.30 a 16.30				Pilates				Pilates		
17.15 a 17.30	Judo -7años	Karate +7años	Judo +7años	Karate -7años	Judo -7años	Karate +7años	Judo +7años	Karate -7años	Entrenamiento Libre	
17.30 a 18.15										
18.15 a 18.30			Karate +12años				Karate +12años			
18.30 a 19										
19 a 19.15			Aikido			Pilates		Aikido		
19.30 a 20										
20 a 20.30		Pilates	Karate	Tonificación y Cardio		Pilates	Karate	Tonificación y Cardio		
20.30 a 21	Ju Jitsu									
21 a 21.30				Ju Jitsu		Ju Jitsu				
21.30 a 22	Karate		Ju Jitsu		Karate		Ju Jitsu			
22 a 22.30										