



## LUNES / MIÉRCOLES

HORARIO	WELLNES	FITNESS	ALBERCA	MURO	FÚTBOL	BASQUET BOL
16:00	TAE KWON DO FAMILIAR		GUPPIES, PINGÜINOS, FOCAS, MANTARRAYAS Y TIBURONES	ESCALADA Y DANZA AÉREA 4 A 6		INICIACIÓN DEPORTIVA 7 Y +
17:00	TAE KWON DO 5 A 6	YOGA 6 A 12	GUPPIES, PINGÜINOS, FOCAS, MANTARRAYAS Y TIBURONES	ESCALADA Y DANZA AÉREA 7 Y +	FÚTBOL 4 A 6	PARKOUR 4 A 6
18:00		TAE KWON DO 7 A 12	GUPPIES, PINGÜINOS, FOCAS, MANTARRAYAS Y TIBURONES	ESCALADA 4 A 6	FÚTBOL 7 A 12	PARKOUR 6 A 9
19:00						PARKOUR 10 A 15

## MARTES / JUEVES

HORARIO	CROSS	WELLNES	MURO	FÚTBOL	ALBERCA	BASQUETBOL
15:00					GUPPIES, PINGÜINOS, FOCAS, MANTARRAYAS, TIBURONES Y PAPÁ CON BEBÉ	
16:00		BALLET 3 A 6	ESCALADA Y DANZA AÉREA 4 A 6		GUPPIES, PINGÜINOS, FOCAS, MANTARRAYAS Y TIBURONES	INICIACIÓN DEPORTIVA 4 A 6
17:00	CROSS KIDS 7 A 12	BALLET 7 A 9	ESCALADA Y DANZA AÉREA 7 Y +	FUTBOL 3 A 6	GUPPIES, PINGÜINOS, FOCAS, MANTARRAYAS Y TIBURONES	
18:00			DANZA AÉREA 6 Y +	FUTBOL 7 A 12	GUPPIES, PINGÜINOS, FOCAS, MANTARRAYAS Y TIBURONES	

## VIERNES

HORARIO	ALBERCA
16:00	GUPPIES, PINGÜINOS, FOCAS, MANTARRAYAS Y TIBURONES
17:00	GUPPIES, PINGÜINOS, FOCAS, MANTARRAYAS Y TIBURONES
18:00	GUPPIES, PINGÜINOS, FOCAS, MANTARRAYAS Y TIBURONES

## SÁBADO / DOMINGO

HORARIO	WELLNES	MURO	ALBERCA
9:00	JAZZ 4 A 6		GUPPIES, PINGÜINOS, FOCAS, MANTARRAYAS, TIBURONES Y DELFINES
10:00	JAZZ 7 A 12	DANZA AÉREA 4 A 6	GUPPIES, PINGÜINOS, FOCAS, MANTARRAYAS, TIBURONES Y DELFINES
11:00		DANZA AÉREA 7 Y +	NATACIÓN
12:00			PAPÁ C/ BEBÉ

S= SÁBADO D= DOMINGO

**NOTA: NO OLVIDES REVISAR TU REGLAMENTO DE CLASES**



## CLASIFICACIÓN DE CLASES

DISCIPLINA	DESCRIPCION
<b>FÚTBOL</b>	Es un deporte de conjunto en donde se juega con un balón y su objetivo principal es meter más veces el balón en una portería que el equipo contrario, nos ayuda a desarrollar capacidades físicas e interactuar con los demás compañeros.
<b>INICIACIÓN DEPORTIVA</b>	Serie de Pre-deportes encaminados al desarrollo de capacidades físicas de los niños.
<b>CROSS KIDS</b>	Ejercicios de entrenamiento funcional dirigidos a los niños de una manera divertida y fácil.
<b>ESCALADA</b>	Disciplina que consiste en realizar ascensos sobre paredes de fuerte pendiente. Durante las clases se trabaja la técnica y estrategia para llegar a la cima.
<b>JAZZ</b>	Practica de Baile que comprende varios géneros musicales y se enfoca principalmente a coreografías de canciones actuales
<b>NATACIÓN</b>	Práctica deportiva realizada en la alberca que busca perfeccionar la capacidad de nadar mediante los cuatro estilos: Crol, Dorso, Pecho y Mariposa.
<b>PARKOUR</b>	Disciplina de origen francés que consiste en desplazarse por cualquier entorno, usando las habilidades del propio cuerpo.
<b>SQUASH</b>	Deporte de raqueta que se practica en interiores con dos jugadores y una pelota de goma.
<b>TAE KWON DO</b>	Es un arte marcial de origen Coreano que disciplina mente, cuerpo y espíritu, incluye un sistema de movimientos armónicos de defensa y de ataque con pies y manos perfectamente definidos.
<b>PAPÁ CON BEBÉ</b>	Disciplina que busca fortalecer los lazos afectivos de padres e hijos, donde los niños aprenderán a dominar los principios básicos de la natación.
<b>YOGA</b>	Disciplina físico mental originario de la india ligada a la meditación adaptada a los niños.
<b>BALLET</b>	Forma de danza que se basa en el control absoluto del cuerpo. Fomenta la fuerza y la flexibilidad del participante
<b>DANZA AÉREA</b>	Ejercicio acrobático con telas enfocado a hacer figuras en el aire, donde se fortalece todo el cuerpo en general.

**HORARIO DEL CLUB**  
**L-J 05:30 a 23:00 hrs.**  
**V 05:30 a 21:00 hrs.**  
**S, D / DÍAS FESTIVOS 07:00 a 17:00 hrs.**

**HORARIO DE ALBERCA**  
**L-J 05:30 a 22:30 hrs.**  
**V 05:30 a 20:30 hrs.**  
**S, D / DÍAS FESTIVOS 07:00 a 16:30 hrs.**

**HORARIO DE ACTION KIDS**  
**L-J 09:00 A 21:00 hrs.**  
**V 09:00 A 20:00 hrs.**  
**S, D / DÍAS FESTIVOS 10:00 A 16:00 hrs.**

**TEL:/FAX 1000 - 2720**

Dudas, comentarios y/o sugerencias escribir a:

[santafe@sportium.com.mx](mailto:santafe@sportium.com.mx)

[www.sportium.com.mx](http://www.sportium.com.mx)

