

# HORARIO DE CLASES - STUDIO TM

Curso 2018/2019 de Septiembre a Junio.

Horario	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
9:15h					Hipopresivos 1/2h
9:30h	Pilates Mat		Tonificación		Estiramientos + Relajación <b>9:45h</b>
10:30h	Estiramientos + Relajación <b>Clase Específica</b>		Pilates Mat		* Tonificación + Cardio <b>Clase Específica</b> <b>10:45h</b>
17:30h	Hipopresivos - 1/2h <b>18:00h-18:30h</b>			* Hipopresivos <b>18:00h-18:30h</b>	
18:30h	Estiramientos + Relajación	* Estiramientos + Relajación	Pilates Mat <b>18:00h</b>	* Tonificación + Estiramientos	
19:30h	Tonificación + Cardio - 45°	Pilates Mat	Tonificación + Estiramientos <b>19:00h</b>	Tonificación + Cardio 45°	
20:15h	Estiramientos + Relajación	* Hipopresivos 1/2h	Tonificación + Estiramientos <b>20:00h</b>	* Pilates Mat	

\* Actividades que pueden variar porque requieren del mínimo necesario de alumnos/as para formar grupo. Si te interesa alguna de las actividades apúntate, con sólo 3 alumnos/as, sacamos la clase.

[www.studiotm.es](http://www.studiotm.es) - Tel: 943-324965