

NADA CUIDANDO TU ESPALDA 2025/2026

	PALACIO DEPORTES		CDM ALBERTO MAESTRO		CDM PALAFOX		CDM SIGLO XXI		CDM JOSE GARCES	
HORARIO	L y X	M y J	L y X	M y J	L Y X	M y J	L y X	M Y J	L y X	M Y J
10:00 - 10:45	9 SENIOR +67	9 ADULTOS				9 ADULTOS			9 ADULTOS	
10:45 - 11:30		9 SENIOR +67			9 ADULTOS					9 SENIOR +67
11:30 - 12 :15		9 ADULTOS			9 SENIOR +67				9 SENIOR +67	
12:15 - 13:00		9 SENIOR +67	9 SENIOR +67	9 SENIOR +67						
13:00 - 13:45				9 ADULTOS						
13:45 - 14:15				9 SENIOR +67						
15:15 - 16:00						9 ADULTOS				
16:00 - 16:45	9 ADULTOS									
16:45 - 17:30	9 ADULTOS									9 ADULTOS
17:30 - 18:15	9 ADULTOS									
18-15 - 19:00	9 ADULTOS							9 JOVENES		
19:00 - 19:45	9 ADULTOS					9 ADULTOS	9 ADULTOS	9 ADULTOS		
19:45 - 20:30	9 ADULTOS		9 ADULTOS	9 ADULTOS				9 ADULTOS		
20:30 -21:15	9 ADULTOS		9 ADULTOS	9 ADULTOS						