

XMA MARTIAL ARTS FAMILY & ATHLON FITNESS

Ctra. Sant Climent, 87 Viladecans www.xmma.es Tel./ 93 647 40 53

Si apuntas a 1 soci@ te regalamos 1 mes, cuantos más soci@s traigas más meses GRATIS

	LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES		VIERNES
7:00h - 10:30h	Entreno Libre	Entreno Libre	Entreno Libre	Entreno Libre		Entreno Libre
10:30h - 11:30h	Krav Maga Kick Boxing K1 Tec.Muay Thai	Boxeo	Krav Maga Kick Boxing K1 Tec.Muay Thai	Boxeo		Krav Maga Kick Boxing K1 Tec.Muay Thai
11:30h - 16:30h	Entreno Libre	Entreno Libre	Entreno Libre	Entreno Libre	11:30-17:30	Entreno Libre
16:30h - 17:30h	Krav Maga Kick Boxing K1 Tec.Muay Thai	Boxeo	Krav Maga Kick Boxing K1 Tec.Muay Thai	Boxeo		
17:30h - 18:15h	Martial Arts Ninjas (2 a 5 años)	Martial Arts Ninjas (2 a 5 años)	Martial Arts Ninjas (2 a 5 años)	Martial Arts Ninjas (2 a 5 años)	17:30-18:15	Martial Arts Ninjas (XMA)
18:15h - 19:00h	Martial Arts Dragons (6 a 12 años)	Martial Arts Dragons (6 a 12 años)	Martial Arts Dragons (6 a 12 años)	Martial Arts Dragons (6 a 12 años)	17:30-18:30	XMA Formas Musicales (2 a 12 años)
19:00h - 19:45h	Martial Arts Juniors Krav Maga Kick Boxing K1 Tec.Taekwondo	Martial Arts Juniors Krav Maga Kick Boxing K1 Tec.Taekwondo	Martial Arts Juniors Krav Maga Kick Boxing K1 Tec.Taekwondo	Martial Arts Juniors Krav Maga Kick Boxing K1 Tec.Taekwondo	18:30-19:30	Martial Arts Sparring (6 a 12 años)
20:00h - 21:00h	Krav Maga Kick Boxing K1 Tec.Muay Thai Boxeo	Krav Maga Kick Boxing K1 Tec.Muay Thai Boxeo	Krav Maga Kick Boxing K1 Tec.Muay Thai Boxeo	Krav Maga Kick Boxing K1 Tec.Muay Thai Boxeo	19:30-20:15	Martial Arts Sparring (Juniors a partir 13 años/Adultos)
21:00h - 22:00h	Boxeo	Krav Maga Kick Boxing K1 Tec.Muay Thai	Boxeo	Krav Maga Kick Boxing K1 Tec.Muay Thai	20:15-21:15	Krav Maga Kick Boxing K1 Tec.Muay Thai Boxeo

- 17:30h a 18:15h: Infantil de 2 a 5 años (XMA Kick Boxing, XMA Taekwondo, XMA Karate, XMA Self Defense)
- 18:15h a 19:00h: Infantil de 6 a 9 años (XMA Kick Boxing, XMA Taekwondo, XMA Karate, XMA Self Defense)
- 19:00h a 19:50h: Infantil de 10 a 13 años
- 20:00h: Adultos
- 21:00h: Adultos
- Boxeo
- 7:00h a 10:30h y 11:30h a 16:30h Entreno Libre: Entrena tu actividad de Kick Boxing, K1, Boxeo....

ENTRENAMIENTOS PERSONALES

Consigue tus objetivos en poco tiempo

Ctra. Sant Climent, 87 Viladecans Tel.936474053

www.xmma.es

HORARIO EN SALA FITNESS DE LUNES A VIERNES DE 7:00H A 22:00H