

Uno de los ejercicios mas completos, te mantiene en forma, ayuda a fortalecer tus músculos, retrasa la etapa de envejecimiento y aumenta la coodinación motriz

CATEGORÍAS

NOMBRE	EADAES	HORARIOS				\$ COSTO
		GRUPO		GRUPO		
ESTIMULACIÓN TEMPRANA	8 meses a 2 años	A	Lunes y jueves de 4:00 p.m. a 4:30 p.m.	B	Lunes y jueves de 4:30 p.m. a 5:00 p.m.	\$900 mxn, semestrales
		C	Martes y viernes de 4:00 p.m. a 4:30 p.m.	D	Martes y viernes de 4:30 p.m. a 5:00 p.m.	
		E	Lunes y jueves de 5:00 p.m. a 5:30 p.m.	F	Martes y viernes de 5:00 p.m. a 5:30 p.m.	
		G	Miércoles de 4:00pm a 4:30 p.m. y sábados 10:00 a.m. a 10:30 a.m.	H	Miércoles de 4:30 p.m. a 5:00 p.m. y sábados 10:30 a.m. a 11:00 a.m.	
		I	Miércoles 5:00pm a 5:30 p.m. y sábados 11:00 a.m. a 11:30 a.m.	J	Miércoles 5:30pm a 6:00 p.m. y sábados 11:30 a.m. a 12:00 p.m.	
BEBÉ 1	A partir de 2 años	A	Lunes y jueves de 4:00 p.m. a 4:40 p.m.	B	Lunes y jueves de 4:45 p.m. a 5:25 p.m.	\$900 mxn, semestrales
		C	Lunes y jueves de 5:30 p.m. a 6:10 p.m.	D	Lunes y jueves de 6:15 p.m. a 6:55 p.m.	
		E	Martes y viernes de 4:00 p.m. a 4:40 p.m.	F	Martes y viernes de 4:45 p.m. a 5:25 p.m.	
		G	Martes y viernes de 5:30 p.m. a 6:10 p.m.	H	Martes y viernes de 6:15 p.m. a 6:55 p.m.	
		I	Miércoles de 4:00 p.m. a 4:40 pm y Sábados 10:00 a.m. a 10:40 p.m.	J	Miércoles de 4:40 p.m. a 5:25 pm y Sábados 10:45 a.m. a 11:25 p.m.	
		K	Miércoles de 5:30 p.m. a 6:10 pm y Sábados 11:30 a.m. a 12:10 p.m.	L	Miércoles de 6:15 p.m. a 6:55 pm y Sábados 12:15 p.m. a 12:55 p.m.	
BEBÉ 2	A partir de 2 años	A	Lunes y jueves de 4:00 p.m. a 4:40 p.m.	B	Lunes y jueves de 4:45 p.m. a 5:25 p.m.	\$900 mxn, semestrales
		C	Lunes y jueves de 5:30 p.m. a 6:10 p.m.	D	Lunes y jueves de 6:15 p.m. a 6:55 p.m.	
		E	Martes y viernes de 4:00 p.m. a 4:40 p.m.	F	Martes y viernes de 4:45 p.m. a 5:25 p.m.	
		G	Martes y viernes de 5:30 p.m. a 6:10 p.m.	H	Martes y viernes de 6:15 p.m. a 6:55 p.m.	
		I	Miércoles de 4:00 p.m. a 4:40 pm y Sábados 10:00 a.m. a 10:40 p.m.	J	Miércoles de 4:40 p.m. a 5:25 pm y Sábados 10:45 a.m. a 11:25 p.m.	
		K	Miércoles de 5:30 p.m. a 6:10 pm y Sábados 11:30 a.m. a 12:10 p.m.	L	Miércoles de 6:15 p.m. a 6:55 pm y Sábados 12:15 p.m. a 12:55 p.m.	
PRINCIPIANTE 1	A partir de 2 años	A	Lunes y jueves de 4:00 p.m. a 5:00 p.m.	B	Lunes y jueves de 5:00 p.m. a 6:00 p.m.	\$900 mxn, semestrales
		C	Lunes y jueves de 6:00 p.m. a 7:00 p.m.	D	Martes y viernes de 4:00 p.m. a 5:00 p.m.	
		E	Martes y viernes de 5:00 p.m. a 6:00 p.m.	F	Martes y viernes de 6:00 p.m. a 7:00 p.m.	
		G	Miércoles de 4:00 p.m. a 5:00 pm y Sábados 10:00 a.m. a 11:00 p.m.	H	Miércoles de 5:00 p.m. a 6:00 pm y Sábados 11:00 a.m. a 12:00 p.m.	
		I	Miércoles de 6:00 p.m. a 7:00 pm y Sábados 12:00 a.m. a 1:00 p.m.			
PRINCIPIANTE 2	A partir de 2 años	A	Lunes y jueves de 4:00 p.m. a 5:00 p.m.	B	Lunes y jueves de 5:00 p.m. a 6:00 p.m.	\$900 mxn, semestrales
		C	Lunes y jueves de 6:00 p.m. a 7:00 p.m.	D	Martes y viernes de 4:00 p.m. a 5:00 p.m.	
		E	Martes y viernes de 5:00 p.m. a 6:00 p.m.	F	Martes y viernes de 6:00 p.m. a 7:00 p.m.	
		G	Miércoles de 4:00 p.m. a 5:00 pm y Sábados 10:00 a.m. a 11:00 p.m.	H	Miércoles de 5:00 p.m. a 6:00 pm y Sábados 11:00 a.m. a 12:00 p.m.	
		I	Miércoles de 6:00 p.m. a 7:00 pm y Sábados 12:00 a.m. a 1:00 p.m.			
PRINCIPIANTE 3	A partir de 2 años	A	Lunes y jueves de 4:00 p.m. a 5:00 p.m.	B	Lunes y jueves de 5:00 p.m. a 6:00 p.m.	\$900 mxn, semestrales
		C	Lunes y jueves de 6:00 p.m. a 7:00 p.m.	D	Martes y viernes de 4:00 p.m. a 5:00 p.m.	
		E	Martes y viernes de 5:00 p.m. a 6:00 p.m.	F	Martes y viernes de 6:00 p.m. a 7:00 p.m.	
		G	Miércoles de 4:00 p.m. a 5:00 pm y Sábados 10:00 a.m. a 11:00 p.m.	H	Miércoles de 5:00 p.m. a 6:00 pm y Sábados 11:00 a.m. a 12:00 p.m.	
		I	Miércoles de 6:00 p.m. a 7:00 pm y Sábados 12:00 a.m. a 1:00 p.m.			



Uno de los ejercicios mas completos, te mantiene en forma, ayuda a fortalecer tus músculos, retrasa la etapa de envejecimiento y aumenta la coordinación motriz

CATEGORÍAS

NOMBRE	EADAES	HORARIOS				\$ COSTO
		GRUPO		GRUPO		
INTERMEDIO	A partir de 2 años	A	Lunes y jueves de 4:00 p.m. a 5:00 p.m.	B	Lunes y jueves de 5:00 p.m. a 6:00 p.m.	\$900 mxn, semestrales
		C	Lunes y jueves de 6:00 p.m. a 7:00 p.m.	D	Martes y viernes de 4:00 p.m. a 5:00 p.m.	
		E	Martes y viernes de 5:00 p.m. a 6:00 p.m.	F	Martes y viernes de 6:00 p.m. a 7:00 p.m.	
		G	Miércoles de 4:00 p.m. a 5:00 pm y Sábados 10:00 a.m. a 11:00 p.m.	H	Miércoles de 5:00 p.m. a 6:00 pm y Sábados 11:00 a.m. a 12:00 p.m.	
		I	Miércoles de 6:00 p.m. a 7:00 pm y Sábados 12:00 a.m. a 1:00 p.m.			
AVANZADO	A partir de 2 años	A	Lunes y jueves de 4:00 p.m. a 5:00 p.m.	B	Lunes y jueves de 5:00 p.m. a 6:00 p.m.	\$900 mxn, semestrales
		C	Lunes y jueves de 6:00 p.m. a 7:00 p.m.	D	Martes y viernes de 4:00 p.m. a 5:00 p.m.	
		E	Martes y viernes de 5:00 p.m. a 6:00 p.m.	F	Martes y viernes de 6:00 p.m. a 7:00 p.m.	
		G	Miércoles de 4:00 p.m. a 5:00 pm y Sábados 10:00 a.m. a 11:00 p.m.	H	Miércoles de 5:00 p.m. a 6:00 pm y Sábados 11:00 a.m. a 12:00 p.m.	
		I	Miércoles de 6:00 p.m. a 7:00 pm y Sábados 12:00 a.m. a 1:00 p.m.			
Equipo Masters:	Adultos +18		Lunes a jueves de 6:00 a.m. a 11:00 a.m. Sábados y domingos 9:00 a.m. a 11:00 a.m.			900 MXN SEMESTRALES
Adultos enseñanza	Adultos +18	A	Lunes a viernes 6:00 a.m. a 11:00 a.m. (Horario de enseñanza libre)	B	Lunes a viernes 7:00 p.m. a 10:00 p.m. (Horario de enseñanza libre)	900 MXN SEMESTRALES
AQUAFITNES	Adultos +18	A	LUNES a VIERNES de 8:00am a 9:00 am 9:00 a 10:00 y de 10 a 11:00am	B	MARTES Y JUEVES 6:00 pm a 7:00 pm y 7:00 pm a 8:00PM	900 MXN SEMESTRALES

MTRA. LAURA AMPARO HERNANDEZ SOLIS



DIRECTOR: Francisco Rigal



INSTRUCTORES:

Luis Enrique de Luna , Jose Fermín Martínez, Julio Vargas, Daniel Gutierrez, Rafael Vazquez, Claudia Escobedo, Jose Alejandro Esparza, Xóchitl Esparza Ana Lucia Lopez, Miriam Heredia, Elizabeth Alonso, Patricia Ortiz, Marisol Mendoza, Marisol Muñoz y Yolanda Sandoval, Laura Amparo Solis (AquaFittnes).

CONTACTO:



natacion@campestreags.com



449-914-11-57 Ext. 123