

HORARIOS DE ACTIVIDADES PISCINA TEMPORADA 2026

A partir de **19 de enero de 2026**

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO
8:15-9:00 TRISPORT	8:15-9:00 Entrenamiento	8:15-9:00 AQUACORE	8:15-9:00 Entrenamiento		09:15-14:00 Clases Natación Infantil
09:15-10:00 Aquarunning	09:15-10:00 Ciclo acuatico	09:15-10:00 Aquarunning	09:15-10:00 Ciclo acuatico	09:00-09:45 Entrenamiento	
10:00-10:45 Aquagym	10:00-10:45 Aquagym	10:00-10:45 Aquagym	10:00-10:45 Aquagym	10:00-10:45 Aquagym	
10:15-12:30 Clases Natación 3ª edad y Adultos	10:15-12:30 Clases Natación 3ª edad y Adultos	10:15-12:30 Clases Natación 3ª edad y Adultos	10:15-12:30 Clases Natación 3ª edad y Adultos		
11:00-11:45 Ciclo Acuatico	11:00-11:45 Aquagym	11:00-11:45 AQUADYNAMIC	11:00-11:45 Aquagym	11:00-11:45 Aquarunning	
12:15-12:45 AQUADYNAMIC	12:00-12:30 AQUACORE	12:00-12:45 Aquarunning	12:00-12:30 AQUADYNAMIC		
12:30-13:15 Curso Premama	13:30-14:15 Natación preparación opositores	15:30-16:15 Aquarunning	13:30-14:15 Natación preparación opositores		
15:30-16:15 Ciclo Acuatico	15:30-16:15 AQUADYNAMIC	16:30-20:45 Clases Natación Infantil	15:30-16:15 Ciclo acuatico	15:30-16:15 Natación Adultos	
16:30-20:45 Clases Natación Infantil	16:30-20:45 Clases Natación Infantil		16:30-20:45 Clases Natación Bebes Iniciación Aprendizaje Perfeccionamiento Adultos	16:30-20:45 Clases Natación Iniciación Aprendizaje Perfeccionamiento Adultos	
20:00-20:45 Aquagym		20:00-20:45 Aquagym			
20:45-21:30 Natación preparación opositores	20:00-20:45 Ciclo Acuatico	20:45-21:30 Natación preparación opositores	20:00-20:45 Ciclo acuatico	20:15-21:00 AQUADYNAMIC	

 Actividades acuáticas dirigidas
 Cursos

*** "NOVEDAD: Consulta nuestros cursos de preparación de opositores"**

- Imprescindible **prueba de nivel** en escuelas.
- Consulta horarios escuelas en recepción.
- Uso obligatorio de **gorro, chancas y toalla**
- Aforo mínimo 3 personas para actividades dirigidas

*** Proximamente actividades ACUATICAS LES MILLS**

CONTACTO

COMPLEJO DEPORTIVO LA DEHESA

C/ Madrid, 31, 28939 Arroyomolinos, Madrid
Telf.: **916 899 271**
infodehesa@emugesa.com
L-V 07:30 - 22:30 h.
S 9:00 a 21:00 h D 9:00 a 15:00 h

CENTRO DE PÁDEL LAS MATILLAS

C/ La Guardia, 3, 28939 Arroyomolinos, Madrid
Telf.: **658 442 241**
administracion.matillas@emugesa.com
L-V 9:00 a 23:00 h
S 9:00 a 15:30 h D 9:00 a 14:00 h.

