

Programa Bienestar 2026 / 2027



De 14 a 67 años

Encuentra tu TIEMPO!

MOVIMIENTO
FUNCIONAL

YOGA

ENTRENAMIENTO
EN SUSPENSIÓN

SALA DE MUSCULACIÓN

MARCHA NÓRDICA

Pabellón José Veral
Núcleo Puerto Av. Tres d'Abril

 962 699 445

MOVIMIENTO FUNCIONAL

Grupo A	Lunes y miércoles	16:30 h.
Grupo B	Lunes y miércoles	18:30 h.
Grupo C	Lunes y miércoles	20:00 h.
Grupo D	Martes y jueves	09:30 h.
Grupo E	Martes y jueves	16:30 h.
Grupo F	Martes y jueves	20:00 h.
Grupo G	Martes y jueves	17:30 h.

YOGA

Grupo A	Lunes y miércoles 10:30 h.	Martes y jueves 18:30 h.
Grupo R*	Lunes y miércoles 10:30 h.	* Permite acudir a las 2 instalaciones en horario de mañanas.

ENTRENAMIENTO EN SUSPENSIÓN

Grupo A	Martes y jueves	16:30 h.
Grupo B	Martes y jueves	17:30 h.

MARCHA NÓRDICA

Grupo A	Lunes y miércoles	09:30 h.
Grupo B	Lunes y miércoles	19:00 h.

Salida José Veral o desde la playa del Puerto final del paseo dirección Canet.

Casa de la Juventud
Núcleo Sagunt C/ Albalat, 3

 962 655 864

MOVIMIENTO FUNCIONAL

Grupo J	Lunes y miércoles	18:30 h.
Grupo K	Lunes y miércoles	19:30 h.
Grupo L	Martes y jueves	17:30 h.
Grupo M	Martes y jueves	19:30 h.
Grupo N	Miércoles 09:30 h.	Viernes 10:30 h.

YOGA

Grupo J	Lunes y miércoles 16:30 h.	Martes y jueves 10:30 h.
Grupo R*	Martes y jueves 10:30 h.	* Permite acudir a las 2 instalaciones en horario de mañanas.

MARCHA NÓRDICA

Grupo K	Martes y jueves	09:30 h.
Grupo J	Martes y jueves	19:00 h.

Salida desde René Marigil.

Polideportivo Municipal Internúcleos
Núcleo Puerto. Avda de l'Advocat Fausto Caruana, s/n

 962 655 879

SALA DE MUSCULACIÓN

Lunes a viernes de 8:30 h. a 13:30 h. y de 16:00 h. a 22:00 h.

Pabellón Puerto de Sagunto
Núcleo Puerto. C/ Serra d'Escalona

 677 354 279

MOVIMIENTO FUNCIONAL

Grupo 1	Martes y jueves	09:30 h.
---------	-----------------	----------



Aytosagunto.apuntate.online