

HORARIOS POLE

Octubre 2026

CENTRAL DE POLE®

Calle Juan Pascual de Mena, 26

Horario apertura:

Lunes ... 16:00 a 22:00

M, X, J, V ... 11:00 a 22:00

Sábado ... 11:30 a 16:00

Teléfono ... 91 470 08 96

Whatsapp ... 628 685 408

Email ... centraldepole@gmail.com

Web ... www.centraldepole.com

RRSS ... @centraldepole



LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO
	11:00 - 12:30	11:00 - 12:30	11:00 - 12:30	11:00 - 12:30	11:30 - 13:00
	Pole Multinivel Sala 1 · UCHI	Pole Básico 1 - 2 Sala 1 · NAT	Pole Dinámico 1-2 Sala 1 · JUAN	Pole Multinivel Sala 1 · MERO	Pole Multinivel Sala 1 · ALTERNOS
			12:30 - 14:00		
			Pole Dinámico 2-3 Sala 1 · JUAN		
	16:00 - 17:30	16:00 - 17:30			
	Pole Básico 1 - 2 Sala 1 · ISA	Poleography Sala 2 · TERE			
	17:30 - 19:00	17:30 - 19:00	17:30 - 19:00	17:00 - 18:30	
	Pole Multinivel Sala 1 · UCHI	Pole Básico 1 - 2 Sala 2 · ISA	Pole Multinivel Sala 1 · UCHI	Pole Multinivel Sala 1 · TANIA	
19:00 - 20:30	19:00 - 20:30	19:00 - 20:30	19:00 - 20:30	18:30 - 20:00	
Pole Bás - Inter Sala 1 · MERO	Pole Multinivel Sala 1 · UCHI	Pole Bás - Inter Sala 1 · MERO	Pole Interm 1 - 2 Sala 1 · UCHI	Exotic Pole Sala 1 · TANIA	
Poleography Sala 2 · TERE	Pole Bás - Inter Sala 2 · NAT		Pole Bás - Inter Sala 2 · NAT		
20:30 - 22:00	20:30 - 22:00	20:30 - 22:00	20:30 - 22:00	20:00 - 21:30	
Exotic Pole Sala 1 · MERO	Pole Básico 1 - 2 Sala 1 · NAT	Exotic Pole Sala 1 · MERO	Pole Básico 1 - 2 Sala 1 · NAT	Pole Floorwork Sala 1 · NAT	
	Pole Interm 1 - 2 Sala 2 · UCHI		Pole Multinivel Sala 2 · UCHI		

- **RESERVA TUS CLASES** con una semana de antelación.
- Realiza **CANCELACIONES O CAMBIOS** con mínimo 24 horas de antelación. Después, la clase se dará por consumida.
- Revisa la **CADUCIDAD DE LOS BONOS** antes de que finalice el período de validez. Después, se darán por consumidos.

Precios

Clase suelta

25 €

Matrícula

20 €

Clase de prueba

15 €

Open Pole

Hora suelta	Tarifa plana
5 €	30 € / mes

Entrenamiento libre para alumnos con bono de clases activo. Es imprescindible reservar hora para asistir.

BONOS MENSUALES

Válido desde el día 1 hasta el día 30/31 de cada mes.

4 clases	6 clases	8 clases	10 clases
74 €	96 €	118 €	144 €

Clase extra con bono mensual

16 €

Tarifa económica de 16h a 19h de lunes a jueves

4 clases
70 €

6 clases
90 €

8 clases
110 €

BONOS TRIMESTRALES

3 meses de validez desde la primera clase consumida.

5 clases	10 clases
85 €	160 €

SÁBADOS MATERCLASS

03 oct.	11:00 - 13:00 Handstands (Verticales) Sala 2 · CRIS	20€	
17 oct.	11:00 - 13:00 Handstands (Verticales) Sala 2 · CRIS	20€	13:00 - 14:30 Workshop Exotic Sala 1 · TERE 55€
24 oct.	11:30 - 13:00 Sensual Floorwork Sala 2 · NAT	35€	13:00 - 14:30 YOGA aplicado a POLE Sala 1 · AINARA 18€
31 oct.	11:30 - 13:00 YOGA aplicado a POLE Sala 2 · AINARA	18€	

HORARIOS BIENESTAR

CENTRAL DE POLE®

Octubre 2026

YOGA PILATES PILATES TERAPÉUTICO FLEXI ACTIVA KPOP FLOORWOK VERTICALES

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO
15:00 - 16:00	16:00 - 17:00	18:00 - 19:15		16:00 - 17:00	11:00 - 13:00
Pilates terapéutico Sala 2 · GEMA	Pilates Sala 2 · GEMA	Hatha Yoga Sala 2 · AINARA		Pilates Sala 2 · GEMA	Sábados alternos Verticales Sala 2 · CRIS
17:30 - 18:45	18:00 - 19:00	19:15 - 20:30		17:00 - 18:00	13:00 - 14:00
Hatha Yoga Sala 2 · AINARA	Kpop Sala 2 · NAT	Hatha Yoga Sala 2 · AINARA		Pilates Sala 2 · GEMA	Pilates terapéutico Sala 2 · GEMA
20:30 - 21:30		20:30 - 21:30		18:00 - 19:00	
Hatha Yoga Sala 2 · AINARA		Vinyasa Yoga Sala 2 · GEMA		Floorwork Sala 2 · NAT	
				19:00 - 20:00	
				Kpop Sala 2 · NAT	
				20:00 - 21:00	
				Flexibilidad activa Sala 2 · TANIA	

SÁBADOS MATERCLASS

03 oct.	11:00 - 13:00 Handstands (Verticales) Sala 2 · CRIS	20€	
10 oct.	11:00 - 13:00 Handstands (Verticales) Sala 2 · CRIS	20€	13:00 - 14:30 Workshop Exotic Sala 1 · TERE 55€
17 oct.	11:30 - 13:00 Sensual Floorwork Sala 2 · NAT	35€	13:00 - 14:30 YOGA aplicado a POLE Sala 1 · AINARA 18€
24 oct.	11:30 - 13:00 YOGA aplicado a POLE Sala 2 · AINARA	18€	

Normativa

- RESERVA TUS CLASES con una semana de antelación.
- Realiza CANCELACIONES O CAMBIOS con mínimo 24 horas de antelación. Después, la clase se dará por consumida.
- Revisa la CADUCIDAD DE LOS BONOS antes de que finalice el período de validez. Una vez finalizado, las clases no se podrán recuperar ni se realizarán devoluciones.
- RESERVA TU MASTERCLASS con antelación reslizando el pago anticipado.
- Realiza la CANCELACIÓN de tu masterclass con 3 días de antelación. Después, no se realizarán devoluciones.

Calle Juan Pascual de Mena, 26

Horario apertura:

Lunes ... 16:00 a 22:00

M, X, J, V ... 11:00 a 22:00

Sábado ... 11:30 a 16:00

Teléfono ... 91 470 08 96

Whatsapp ... 628 685 408

Email ... centraldepole@gmail.com

Web ... www.centraldepole.com

RRSS ... @centraldepole

Precios

Clase suelta	15 €	Matrícula	20 €
		Clase de prueba	10 €

BONOS MENSUALES

Válido desde el día 1 hasta el día 30/31 de cada mes.

4 clases	6 clases	8 clases	10 clases
37 €	48 €	60 €	73 €

Clase extra con bono mensual	10 €
------------------------------	------

BONOS TRIMESTRALES

3 meses de validez desde la primera clase consumida.

5 clases	10 clases
48 €	90 €

MASTERCLASS BIMENSUAL

Válido desde el día 1 hasta el 30/31 de cada mes.

KPOP / VERTICALES	1 día	2 días
	20 €	37 €

MASTERCLASS MENSUAL

Sensual Floorwork (1h 30min)	35 €
Workshop: Exotic Pole (1h 30min)	55 €
Flexibilidad Activa (1h 30min)	25 €
Suelo Pélvico (1h)	18 €
YOGA para alumnxs de POLE (1h 30min)	18 €