

**Sede Central / Montevideo**
4 Gimnasios
150 m² Espacio cardiovascular
120 m² Espacio musculación
2 Piscinas climatizadas (25 m y 20 m)
1 Sala Fitness
100 Duchas y 660 casilleros
Salón parrillero

**Campamento La Floresta / Canelones**
3ha/ Centro del balneario a 100m de la playa
2 Sectores de cabañas con 120 camas
140 m² Salón comedor y 80 m² salón parrillero

**Campamento Juan XXIII / San José**
70 ha / 130.000 árboles / playa en Río de la Plata
2 Sectores de cabañas con 120 camas
230 m² Salón comedor

# Juventus

**Sede Central Colonia 1065 esquina Río Negro**
Tel.: 2901 0705* Montevideo, Uruguay
**www.juventus.edu.uy**

# VERANO 2027

## HORARIOS VERANO 2026

# Juventus

Atención al socio: lunes a viernes de 9:00 a 20:00 hs. Sábados de 8:00 a 12:00 hs.

## Grillos 4 y 5 años

| | GIMNASIA | NATACIÓN |
|---|---|---|
| LU MI VI | 9.30 a 10.15 | 10:25 a 11:05 |
| LU MI VI | 16:05 a 16:45 | 15:10 a 15:50 |
| LU MI VI | 18:15 a 18:55 | 19:10 a 19:55 |
| MA JU | 9:10 a 9:50 | 10:10 a 10:50 |
| MA JU | 11:15 a 11:45 | |
| MA JU | 15:25 a 16:05 | 16:20 a 17:00 |
| MA JU | 19:10 a 19:50 | 18:20 a 19:00 |
| PISCINA FAMILIAR | | |
| SA | 12:30 a 13:30 | |

## Infantiles 6, 7 y 8 años

| FEMENINO | GIMNASIA | NATACIÓN |
|---|---|---|
| LU MI VI | 9:30 a 10:15 | 10:25 a 11:10 |
| LU MI VI | 16:00 a 16:45 | 15:05 a 15:45 |
| LU MI VI | 17:30 a 18:15 | 18:30 a 19:10 |
| MA JU | 9:10 a 9:55 | 10:10 a 10:50 |
| MA JU | 16:05 a 16:50 | 15:10 a 15:50 |
| MA JU | 18:15 a 19:00 | 19:10 a 19:50 |
| MASCULINO | GIMNASIA | NATACIÓN |
| LU MI VI | 9:30 a 10:15 | 10:25 a 11:10 |
| LU MI VI | 15:15 a 16:00 | 16:20 a 17:00 |
| LU MI VI | | 19:10 a 19:55 |
| MA JU | 9:10 a 9:55 | 10:10 a 10:50 |
| MA JU | 15:05 a 15:50 | 16:15 a 16:55 |
| MA JU | 19:10 a 19:50 | 18:20 a 19:00 |
| MA JU | | 10:50 a 11:20 |

### Actividades Especiales

| | | |
|---|---|---|
| AEROLOCAL MIXTO | | |
| LU a VI | | 14:15 a 14:55 |
| CURSO INTENSIVO DE NATACIÓN | | |
| LU MI VI | 9:40 a 10:25 | 14:10 a 14:55 |
| MA JU | 10:50 a 11:20 | 14:10 a 14:55 |
| GIMNASIA ARTÍSTICA MIXTO | | |
| LU MI VI | 16:45 a 17:30 | |
| MA JU | 16:50 a 17:30 | |
| ESCUELA DE HANDBOL | | |
| LU MI VI | 8.50 a 9.30 | |
| ESCUELA DE FÚTBOL | | |
| LU MI VI | 8.50 a 9.30 | 14:00 a 15:00 |
| LU MI VI | 18.15 a 19.00 | |
| MA JU | 11:05 a 11:35 | 14:00 a 15:00 |
| PISCINA FAMILIAR | | |
| SA | 12:30 a 13:30 | |
| JUDO | | |
| MA JU | 10.50 a 11:50 | |
| MA JU | 14.15 a 15.15 | |

## Menores 9, 10 y 11 años

| FEMENINO | GIMNASIA | NATACIÓN |
|---|---|---|
| LU MI VI | 10:35 a 11:20 | 9:40 a 10:25 |
| LU MI VI | 16:00 a 16:45 | 15:05 a 15:45 |
| LU MI VI | 17:30 a 18:15 | 18:30 a 19:10 |
| MA JU | 10:05 a 10:50 | 9:10 a 9:55 |
| MA JU | 16:05 a 16:50 | 15:10 a 15:50 |
| MA JU | 18:15 a 19:00 | 19:10 a 19:50 |
| MASCULINO | GIMNASIA | NATACIÓN |
| LU MI VI | 10:35 a 11:20 | 9:40 a 10:25 |
| LU MI VI | 15:05 a 15:50 | 16:00 a 16:45 |
| LU MI VI | | 19:10 a 19:55 |
| MA JU | 10:05 a 10:50 | 9:10 a 9:55 |
| MA JU | 15:05 a 15:50 | 16:15 a 16:55 |
| MA JU | 19:10 a 19:50 | 18:20 a 19:00 |
| MA JU | | 10:50 a 11:20 |

### Actividades Especiales

| | | |
|---|---|---|
| AEROLOCAL MIXTO | | |
| LU a VI | 14:15 a 14:55 | |
| GIMNASIA ARTÍSTICA MIXTO | | |
| LU MI VI | 16:45 a 17:30 | |
| MA JU | 16:50 a 17:30 | |
| CURSO INTENSIVO DE NATACIÓN | | |
| LU MI VI | 9:00 a 9:40 | 14:10 a 14:55 |
| MA JU | 10:50 a 11:20 | 14:10 a 14:55 |
| ESCUELA DE HANDBOL | | |
| LU MI VI | 8:50 a 9:30 | |
| ESCUELA DE FÚTBOL | | |
| LU MI VI | 8.50 a 9.30 | |
| LU MI VI | 14:00 a 15:00 | 18:15 a 19:00 |
| MA JU | 11:00 a 11:30 | |
| MA JU | 14:00 a 15:00 | |
| MA JU | 17:15 a 18:00 | |
| PISCINA FAMILIAR | | |
| SA | 12:30 a 13:30 | |
| JUDO | | |
| MA JU | 17.30 a 18:30 | |

## Medianos 12 y 13 años

| FEMENINO | GIMNASIA | NATACIÓN |
|---|---|---|
| LU MI VI (gim+deporte) | 8:00 a 8:50 | 9:00 a 9:40 |
| LU MI VI (musculación) | 11:15 a 11:45 | |
| LU MI VI (musculación) | 14:15 a 15:00 | 13:10 a 14:00 |
| LU MI VI (musculación) | 16:15 a 16:45 | 16:45 a 17:25 |
| LU MI VI (deporte) | 16:45 a 17:30 | 17:40 a 18:25 |
| LU MI VI (handbol) | 17:30 a 18:15 | |
| LU MI VI (musculación) | 18:15 a 18:45 | |
| MA JU (musculación) | 9:10 a 9:55 | |
| MA JU (musculación) | 11:15 a 12:20 | |
| MA JU (deporte) | 12:40 a 13:40 | 12:00 a 13:15 |
| MA JU (musculación) | 14:10 a 16:00 | 17:00 a 17:40 |
| MA JU (handbol) | 17:45 a 18:15 | |

| MASCULINO | GIMNASIA | NATACIÓN |
|---|---|---|
| LU MI VI (gim+deporte) | 8:00 a 8:50 | 9:00 a 9:40 |
| LU MI VI (musculación) | 11:15 a 11:45 | |
| LU MI VI (musculación) | 14:15 a 15:00 | 13:10 a 14:00 |
| LU MI VI (musculación) | 16:15 a 16:45 | |
| LU MI VI (deporte) | 16.45 a 17.30 | 17:40 a 18:25 |
| LU MI VI (musculación) | 18.15 a 18.45 | |
| LU MI VI (fútbol) | 19.00 a 19.45 | |
| MA JU (deporte) | 12:40 a 13:40 | 9:10 a 9:55 |
| MA JU (musculación) | 14:10 a 16:00 | 17:00 a 17:40 |
| MA JU (musculación) | 15:05 a 15:50 | 16:15 a 16:55 |
| MA JU (musculación) | 19:10 a 19:50 | 18:20 a 19:00 |
| MA JU | | 10:50 a 11:20 |

### Actividades Especiales

| | | |
|---|---|---|
| HANDBOL | | |
| LU MI VI (femenino) | 17:30 a 18:15 | |
| MA JU (femenino) | 17:45 a 18:15 | |
| MA JU (mixto) | 18:45 a 19:10 | |
| VOLEIBOL MIXTO | | |
| LU MI VI | 10:15 a 11:10 | 15:00 a 16:00 |
| MA JU (aprendizaje) | 10:15 a 11:15 | 16:05 a 16:50 |
| MA JU (aprendizaje) | 16:50 a 17:45 | 18:15 a 19:00 |
| ESCUELA DE BASQUETBOL | | |
| MA JU | 16:05 a 16:50 | |
| DEPORTES MIXTO | | |
| LU MI VI | 11:10 a 11:40 | |
| FÚTBOL | | |
| LU MI VI (masculino) | 13:10 a 14:00 | |
| MA JU (mixto) | 18:00 a 18:45 | |
| MA JU (mixto) | 11:30 a 12:15 | |
| PISCINA FAMILIAR | | |
| SA | 12:30 a 13:30 | |

## Juveniles 14, 15 y 16 años

| FEMENINO | GIMNASIA | NATACIÓN |
|---|---|---|
| LU MI VI (gim+deporte) | 8:00 a 8:50 | 9:00 a 9:40 |
| LU MI VI | 12:30 a 13.15 | |
| LU MI VI | | 11:45 a 12:20 |
| LU MI VI | | 13:10 a 14:00 |
| LU MI VI | | 16:45 a 17:25 |
| LU MI VI (deporte) | 16:45 a 17:30 | 17:40 a 18:25 |
| LU MI VI (voley) | 10:15 a 11:10 | |
| MA JU (gim) | 8:00 a 8:45 | 11:20 a 12:00 |
| MA JU (gim) | 12:30 a 13:15 | 12:00 a 13:15 |
| MA JU (deporte) | 12:40 a 13:40 | 17:00 a 17:40 |
| MA JU | 17:00 a 17:40 | |
| MA JU (handbol) | 17:45 a 18:15 | |

| MASCULINO | GIMNASIA | NATACIÓN |
|---|---|---|
| LU MI VI (voley) | 10:15 a 11:10 | 11:45 a 12:20 |
| LU MI VI (deporte) | 13:10 a 14:00 | 13:10 a 14:00 |
| LU MI VI (deporte) | 16:45 a 17:30 | 17:40 a 18:25 |
| LU MI VI (fútbol) | 19:00 a 19:45 | |
| MA JU (deporte) | 12:40 a 13:40 | 12:00 a 13:15 |
| MA JU (gim) | 12:30 a 13:15 | |
| MA JU | 8:00 a 8:45 | 17:00 a 17:40 |
| MA JU (fútbol masculino) | 18:00 a 18:45 | |

### Actividades Especiales

| | | |
|---|---|---|
| ESCUELA DE BASQUET | | |
| MA JU | 16:05 a 16:50 | |
| SALA DE MUSCULACIÓN Y AEROBISMO | | |
| LU a VI | 7:00 a 22:30 | |
| DEPORTES MIXTO | | |
| LU MI VI | 12:00 a 13:10 | 11:10 a 11:40 |
| MA JU | 12:40 a 13:40 | |
| FUTBOL | | |
| LU MI VI (masculino) | 13:10 a 14:00 | |
| MA JU (mixto) | 11:30 a 12:15 | 18:00 a 18:45 |
| PISCINA LIBRE | | |
| LU MI VI | 11:45 a 12:20 | 13:10 a 14:00 |
| MA JU | 7:30 a 9:10 | |
| MA JU | 12:00 a 13:15 | |
| HIDROGIMNASIA | | |
| LU MI VI | 17:05 a 17:35 | |
| HANDBOL | | |
| LU MI VI (femenino) | 17:30 a 18:15 | |
| MA JU (femenino) | 17:45 a 18:15 | |
| MA JU (mixto) | 18:45 a 19:10 | |
| VOLEIBOL MIXTO | | |
| LU MI VI 10:15 a 11:10 | 15:00 a 16:00 | 17:30 a 19:00 |
| MA JU (aprendizaje) | 10:15 a 11:15 | |
| MA JU (aprendizaje) | 16:05 a 16:50 | 16:50 a 17:45 |
| MA JU | 18:15 a 19:00 | |
| MA JU | 16:05 a 16:50 | 16:50 a 17:45 |

## Jóvenes y Mayores 17 años en adelante

| GIMNASIA MIXTA | | |
|---|---|---|
| LU MI VI | 7:00 a 7:45 | 10:30 a 11:10 |
| LU MI VI 12:30 a 13:15 | 16:30 a 17:15 | 17:15 a 18:00 |
| LU MI VI | 19:00 a 19:45 | |
| MA JU | 7:00 a 7:45 | 12:30 a 13:15 |
| MA JU | 16:00 a 16:45 | |
| LU a VI | 8:00 a 8:45 | |
| MA JU (masculina) | 19:00 a 19:55 | |
| LU MI VI (Funcional Cycling) | | 19:30 a 20:15 |
| MA JU (Gimnasia Barras) | | 18:15 a 19:00 |
| MA JU (Gimnasia Postural) | | 16:50 a 17:30 |

### Actividades Especiales

| | | | |
|---|---|---|---|
| FUTBOL MASCULINO | | | |
| LU MI VI (Jov - May) | 19:45 a 20:45 | 20:45 a 21:45 | 8:00 a 9:00 |
| MA (May +35) | 20:00 a 21:00 | | |
| JU | 20:00 a 21:00 | | |
| BASQUETBOL | | | |
| LU MI VI | 19:45 a 20:45 | 20:45 a 21:30 | |
| MA JU | 12:30 a 13:30 | | |
| VOLEIBOL | | | |
| LU MI VI (mixto) | 20:00 a 22:00 | | |
| MA JU (mixto aprend.) | 20:00 a 20:45 | | |
| MA JU (avanzados) | 20:45 a 21:30 | | |
| HANDBOL FEMENINO | | | |
| MA JU | 18:45 a 19:10 | | |
| YOGA | | | |
| LU MI VI | 19:00 a 20:00 | 20:00 a 21:00 | |
| MA JU | 9:50 a 10:50 | 10:50 a 11:50 | |
| MA JU | 19:00 a 20:00 | 20:00 a 21:00 | |
| LU MI VI | 9:50 a 10:50 | | |
| SALA DE MUSCULACIÓN Y AEROBISMO | | | |
| LU a VI | 7:00 a 22:30 | | |
| SA | 8:00 a 14:00 | | |
| ESPALDA SANA | | | |
| LU MI VI | 16:00 a 16:30 | | |
| MA JU | 10:30 a 11:10 | | |
| ENTRENAMIENTO FUNCIONAL | | | |
| LU MI VI | 11:50 a 12:30 | 18:30 a 19:15 | |
| MA JU 17:00 a 17:45 | 19:10 a 19:50 | 20:45 a 21:30 | |
| FUNCIONAL BOX | | | |
| LU MI VI | 20:45 a 21:30 | | |
| GIMNASIA POSTURAL | | | |
| MA JU | 16:50 a 17:30 | | |
| AQUA SLOW | | | |
| MA JU | 12:00 a 12:30 | | |
| HIT | | | |
| LU MI VI | 20:15 a 20:45 | | |
| RITMOS | | | |
| MI | 18:00 a 18:30 | | |
| HIDROGIMNASIA | | | |
| LU MI VI | 8:00 a 8:30 | | |
| LU a VI | 9:00 a 9:30 | | |
| LU MI VI 17:05 a 17:35 | 20:45 a 21:15 | 12:00 a 12:30 | |
| MA JU 8:00 a 8:30 | 11:30 a 12:00 | 17:45 a 18:15 | |
| MA JU | | 20:00 a 20:30 | |
| SA | 9:15 a 9:45 | 12.30 a 13.00 | |

| PISCINA ENSEÑANZA DE NATACIÓN | | | |
|---|---|---|---|
| LU MI VI | 8:30 a 9:30 | 11:10 a 12:00 | |
| LU MI VI 11:45 a 12:20 | 12:30 a 13:15 | 17:35 a 18:25 | |
| LU MI VI | 18:30 a 19:10 | 19:55 a 20:40 | |
| MA JU 11:20 a 12:00 | 12:30 a 13:15 | 18:20 a 19:10 | |
| MA JU | 13:20 a 14:00 | 19:50 a 20:30 | |
| LU a VI | 20:40 a 21:30 | | |
| PISCINA LIBRE | | | |
| LU MI VI | 7:30 a 9:00 | 12:30 a 14:00 | |
| LU MI VI | 9:30 a 10:10 | 11:45 a 12:30 | |
| LU MI VI | 17:35 a 18:25 | 18:30 a 22:30 | |
| MA JU 7:30 a 9:10 | 11:20 a 14:00 | 10:55 a 11:20 | |
| MA JU | 17:00 a 18:20 | 18:20 a 19:50 | |
| MA JU | 19:50 a 20:30 | 20:30 a 22:30 | |
| SA 8:15 a 9:15 | 9:45 a 10:30 | 10:30 a 11:15 | |
| SA | 11:45 a 12:30 | 13:00 a 14:00 | |
| AGUAS ABIERTAS | | | |
| LU MI VI | 19:10 a 19:55 | 21:30 a 22:30 | |
| CYCLING | | | |
| LU MI VI | 18:45 a 19:30 | 20:10 a 20:55 | |
| MA JU | 18:15 a 19:00 | 20:00 a 20:45 | |
| ESFERODINAMIA | | | |
| MA JU | 19:00 a 19:30 | | |
| GAP | | | |
| MA JU | 19:30 a 20:30 | | |
| PILATES | | | |
| MA JU | 11:50 a 12:30 | 17:30 a 18:10 | |
| LU MI VI 8:50 a 9:30 | 11:50 a 12:30 | 18:45 a 19:25 | |
| SA | 11:30 a 12:10 | | |

## Adultos Mayores

| Natación, hidro y sala ver horarios Jov y May | | |
|---|---|---|
| | GIMNASIA | NATACIÓN |
| LU MI VI | 11:05 a 11:45 | |
| MA JU | 18:30 a 19:10 | 17:40 a 18:20 |
| PISCINA FAMILIAR | | |
| SA | 12:30 a 13:30 | |
| Natación para Bebés de 4 meses a 2 años | | |
| MA JU | 15:50 a 16:20 | |
| NEW COM | | |
| LU MI VI | 10:00 a 11:00 | |

**Horarios de atención al socio administración e inscripciones.**

**LU a VI** 9:00 a 20:00 hs.
**SA** 8:00 a 12:00 hs.

Los socios de 4 a 16 años pueden asistir en forma libre a todos los grupos y actividades en el programa de su categoría hasta el último día de noviembre. Los horarios de actividades pueden estar sujetos a modificaciones.

# Recomendaciones

Para concurrir a sala de musculación y aerobísmo, es obligatorio equipo y calzado deportivo adecuado y toalla de higiene personal. Para concurrir a la piscina es obligatorio uso de gorra ducharse con agua y jabón sin malla o short. Luego de cada ingesta de alimentos recomendamos esperar 3 horas para la realización de actividad física.

# Horarios de verano del 15/12/2026 al 12/03/2027

Al comienzo de las clases se realizan cambios de horarios.24 Y 31 de diciembre abiertos 1/2 dia. 25 diciembre, 1 y 6 de enero cerrado.

# PISCINA FAMILIAR

**SÁBADOS MATUTINO**
**Exclusivo para socios de invierno.**