



<b>Sede Central / Montevideo</b> 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	<b>Campamento La Floresta / Canelones</b> 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 <b>Campamento Juan XXIII / San José</b> 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](http://www.juventus.edu.uy)

## VERANO 2026

# Juventus

### HORARIOS VERANO 2026

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

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

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 (aparatos)	11:00 a 12:00	
LU MI VI (aparatos)	14:15 a 15:00	13:10 a 14:00
LU MI VI (aparatos)	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 (aparatos)	18:15 a 18:45	
MA JU (aparatos)	11:00 a 12:20	9:10 a 9:55
MA JU (deporte)	12:40 a 13:40	12:00 a 13:15

MA JU (aparatos)	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 (aparatos)	11:00 a 12:00	
LU MI VI (aparatos)	14:15 a 15:00	13:10 a 14:00
LU MI VI (aparatos)	16:15 a 16:45	
LU MI VI (deporte)	16:45 a 17:30	17:40 a 18:25
LU MI VI (aparatos)	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 (aparatos)	14:10 a 16:00	17:00 a 17:40
MA JU (aparatos)	11:00 a 12:20	17:40 a 18:20
MA JU (natación)		12:00 a 13:15

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	12:00 a 13:10	
FUTBOL		
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	
ENTRENAMIENTO FUNCIONAL		
LU MI VI (femenino)	11:20 a 11:55	
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)		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	

MA JU	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 (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	11:20 a 12:00 12:00 a 13:15
MA JU (gim)	12:30 a 13:15	8:00 a 9:10
MA JU		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	
SA	8:00 a 14:00	
DEPORTES MIXTO		
LU MI VI	12:00 a 13:10	
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 8:30 a 9:00	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	8:00 a 8:30	
LU MI VI 9:00 a 9:30	17:05 a 17:35	
MA JU	8:00 a 8:30	11:30 a 12:00
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
ENTRENAMIENTO FUNCIONAL		
LU MI VI (femenino)	11:20 a 11:55	

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	
LU a VI	8:10 a 8:50	
MA JU	7:00 a 7:45	12:30 a 13:15
MA JU	16:00 a 16:45	
MA JU (masculina)	19:10 a 19:50	
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)	7:30 a 8:50	
LU MI VI (Jov - May)	19:45 a 20:45	20:45 a 21:45
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	12:00 a 12:30	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
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	11:45 a 12:20	12:30 a 14:00
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
MA JU	17:40 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	19:45 a 20:30
MA JU	18:15 a 19:00	20:00 a 20:45
SA	9:45 a 10:30	
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	12:00 a 12:40	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	11:45 a 12:20
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 COME		
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.	

PISCINA FAMILIAR		
SÁBADOS MATUTINO		
Exclusivo para socios de invierno.		

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 aerobismo, 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 15/12/2025 al 13/03/2026

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