



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 2025

Juventus

HORARIOS VERANO 2025

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	

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	

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)	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 (femenino)	11:30 a 12:10	18:00 a 18:45
ENTRENAMIENTO FUNCIONAL		
LU MI VI	11:20 a 12:00	
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 8:00 a 9:10	17:00 a 17:40	19:50 a 20:30
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	19:55 a 20:40
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	19:50 a 20:30
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 12:10	
PISCINA LIBRE		
LU MI VI 8:30 a 9:00	11:45 a 12:20	13:10 a 14:00
MA JU	8:00 a 9:10	
MA JU	12:00 a 13:15	
SA	11:45 a 12:30	13:00 a 14:00
HIDROGIMNASIA		
LU MI VI 8:00 a 8:30	12:20 a 12:50	
LU MI VI 9:00 a 9:30	17:05 a 17:35	20:40 a 21:10
MA JU	8:00 a 8:30	11:30 a 12:00
MA JU	12:00 a 12:30	17:45 a 18:15
MA JU	20:00 a 20:30	
SA	9:15 a 9:45	12:30 a 13:00
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
LU MI VI	17:30 a 19:00	20:00 a 22:00
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	20:00 a 21:45
MA JU	16:05 a 16:50	16:50 a 17:45
ENTRENAMIENTO FUNCIONAL		
LU MI VI	11:20 a 12:00	
Juveniles femenino pueden concurrir a clases femeninas o mixtas de Jóvenes y Mayores.		

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	19:10 a 19:50
SA	10:50 a 11:35	
MA JU	16:00 a 16:45	
MA JU (masculina)	19:10 a 19:50	
LU a 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)	17:30 a 19:00	20:00 a 22:00
MA JU (mixto aprend.)	16:50 a 17:45	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	20:45 a 21:30
FUNCIONAL BOX		
LU MI VI	20:45 a 21:30	
GIMNASIA POSTURAL		
MA JU	16:50 a 17:30	

RITMOS		
MI	18:00 a 18:30	
HIDROGIMNASIA		
LU MI VI	8:00 a 8:30	12:20 a 12:50
LU a VI	9:00 a 9:30	
LU MI VI	17:05 a 17:35	20:40 a 21:10
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
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	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
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

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 aeróbismo, es obligatorio equipo y calzado deportivo adecuado y toalla de higiene personal.
Para concurrir a la piscina es obligatorio 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 11/12/2024 al 7/03/2025

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.

Horarios de atención al socio administración e inscripciones.

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