

HORARIO

ACTIVIDADES DIRIGIDAS



	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sabado	Domingo	
08:30	PILATES SALA 1	FUNCIONAL-HIIT ZONA CROSSHIT	CORE + HIOPR... SALA 1	PILATES SALA 1 FUNCIONAL-HIIT ZONA CROSSHIT	CORE + HIOPR... SALA 1			08:30
09:15	CICLO INDOOR SALA CICLO		CICLO INDOOR SALA CICLO					09:15
09:30	ZUMBA SALA 1	GAP SALA 1	BODYCOMBAT SALA 1	STEP/ZUMBA SALA 1	BODYCOMBAT SALA 1			09:30
09:35		CICLO INDOOR SALA CICLO		CICLO INDOOR SALA CICLO	CICLO INDOOR SALA CICLO			09:35
10:00						BESTCYCLING SALA 1	BESTCYCLING SALA 1	10:00
10:15	FUNCIONAL-HIIT ZONA CROSSHIT		FUNCIONAL-HIIT ZONA CROSSHIT					10:15
10:30	BODYPUMP SALA 1 BESTCYCLING SALA CICLO	BODYPUMP SALA 1 BESTCYCLING SALA CICLO	BODYPUMP SALA 1 BESTCYCLING SALA CICLO	BODYPUMP SALA 1 BESTCYCLING SALA CICLO	BODYPUMP SALA 1 BESTCYCLING SALA CICLO			10:30
11:00						BESTCYCLING SALA 1	BESTCYCLING SALA 1	11:00
11:30		BODYBALANCE SALA 1		BODYBALANCE SALA 1				11:30
11:45	YOGA SALA 1		YOGA SALA 1		YOGA SALA 1			11:45
12:00						BESTCYCLING SALA 1	BESTCYCLING SALA 1	12:00
12:30	BESTCYCLING SALA CICLO	BESTCYCLING SALA CICLO	BESTCYCLING SALA CICLO	BESTCYCLING SALA CICLO	BESTCYCLING SALA CICLO			12:30
13:00						BESTCYCLING SALA 1	BESTCYCLING SALA 1	13:00
13:30	BESTCYCLING SALA CICLO	BESTCYCLING SALA CICLO	BESTCYCLING SALA CICLO	BESTCYCLING SALA CICLO	BESTCYCLING SALA CICLO			13:30
14:00						BESTCYCLING SALA 1		14:00
14:30	BESTCYCLING SALA CICLO	BESTCYCLING SALA CICLO	BESTCYCLING SALA CICLO	BESTCYCLING SALA CICLO	BESTCYCLING SALA CICLO			14:30
17:00	BODYBALANCE SALA 1		BODYBALANCE SALA 1					17:00
17:30		YOGA SALA 1 FUNCIONAL-HIIT ZONA CROSSHIT		YOGA SALA 1 FUNCIONAL-HIIT ZONA CROSSHIT				17:30
18:00	BODYPUMP SALA 1		BODYPUMP SALA 1		BODYPUMP SALA 1			18:00
18:30	CORE TRAINING ZONA CROSSHIT	BUTTOCKS (Glú... ZONA CROSSHIT	BUTTOCKS (Glú... ZONA CROSSHIT	CORE TRAINING SALA 1		BESTCYCLING SALA CICLO		18:30
19:00	ZUMBA SALA 1 CICLO INDOOR SALA CICLO	BODYCOMBAT SALA 1 CICLO INDOOR SALA CICLO	ZUMBA SALA 1 CICLO INDOOR SALA CICLO	BODYCOMBAT SALA 1 CICLO INDOOR SALA CICLO	ESPALDA SANA SALA 1			19:00
19:15	FUNCIONAL-HIIT ZONA CROSSHIT	FUNCIONAL-HIIT ZONA CROSSHIT	FUNCIONAL-HIIT ZONA CROSSHIT	FUNCIONAL-HIIT ZONA CROSSHIT				19:15
20:00	CICLO INDOOR SALA CICLO BODYCOMBAT SALA 1	BODYPUMP SALA 1 BESTCYCLING SALA CICLO	BODYCOMBAT SALA 1 CICLO INDOOR SALA CICLO	BODYPUMP SALA 1 BESTCYCLING SALA CICLO	BESTCYCLING SALA CICLO			20:00
20:15		ESPALDA SANA SALA 1		ESPALDA SANA SALA 1				20:15
21:00	PILATES SALA 1		PILATES SALA 1					21:00

Realiza actividad física de manera amena y divertida con nuestras actividades dirigidas, los monitores te guiarán en todo momento.