

HORARIO ACTIVIDADES 2021/22

	LUNES			MARTES			MIÉRCOLES			JUEVES			VIERNES			SÁBADO		DOMINGO	
	Sala 1	Sala 2	Sala 3	Sala 1	Sala 2	Sala 3	Sala 1	Sala 2	Sala 3	Sala 1	Sala 2	Sala 3	Sala 1	Sala 2	Sala 3	Sala 1	Sala 2	Sala 1	Sala 2
8:15		CYCLING VIRTUAL			CYCLING VIRTUAL			CYCLING VIRTUAL			CYCLING VIRTUAL			CYCLING VIRTUAL					
8:30	BODY PUMP			GAP					BODY BALANCE						BODY BALANCE				
9:30		CYCLING		ZUMBA			CIRCUITO MÁQUINAS	CYCLING		BODY PUMP			AC FÍSICO				CYCLING VIRTUAL		CYCLING VIRTUAL
10:00					CYCLING VIRTUAL						CYCLING VIRTUAL								
10:30	ABDOMEN		ESPALDA SANA	CARDIO TONO		PILATES	BODY PUMP			ZUMBA		ABDOMEN	ABDOMEN	CYCLING	*YOGA				
11:00																BODY PUMP		STRONG NATION	
12:00	TRX						ABDOMEN						TRX				CYCLING		CYCLING
14:30		CYCLING VIRTUAL		TRX				CYCLING VIRTUAL		ABDOMEN			TRX						
15:30	BODY PUMP			FUNCIONAL TRAINING	CYCLING VIRTUAL		TONIFICACIÓN			CIRCUITO MÁQUINAS	CYCLING VIRTUAL			CYCLING					
16:30	ABDOMEN			ABDOMEN						TRX									
17:15	TRX			BODY PUMP			TRX						BODY PUMP						
17:30						*YOGA													
18:00	AC FÍSICO						ZUMBA			TONO EXPRESS									
18:15		CYCLING						CYCLING	ESPALDA SANA			PILATES		CYCLING					
18:30					CYCLING						CYCLING		ZUMBA						
18:45				BAILANDO		ABDOMEN													
19:15	ZUMBA		PILATES				BODY PUMP												
19:30		CYCLING				ESPALDA SANA		CYCLING	BODY BALANCE	BODY PUMP		ESPALDA SANA							
19:45				STEP									TRX						
20:30	TONIFICACION				CYCLING		AC. FISICO				CYCLING		ABDOMEN						



ACTIVIDADES

AERÓBICAS

TONIFICACION

ABDOMINALES

CUERPO Y MENTE

CYCLING

CYCLING VIRTUAL

*Actividad incluida en la cuota VIP - Resto de cuotas suplemento mensual de 5 euros (Ajustado a los accesos que permite cada cuota).