



HORARIO DE ACTIVIDADES DIRIGIDAS

HORA	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
07:15	CICLO VIRTUAL	CICLO VIRTUAL	CICLO VIRTUAL	CICLO VIRTUAL	CICLO VIRTUAL	APERTURA 09:00H	
09:30	CICLO	CICLO	CICLO	CICLO	CICLO	CICLO VIRTUAL	CICLO VIRTUAL
	ZUMBA	PILATES	ZUMBA	PILATES	ZUMBA		
10:30	POWER	CARDIOTONO	GAP	POWER			
	CROSS TRAINING			CROSS TRAINING			
11:00		ESPALDA SANA				CICLO	CICLO VIRTUAL
14:30	CICLO VIRTUAL	CICLO VIRTUAL	CICLO VIRTUAL	CICLO VIRTUAL	CICLO VIRTUAL	CIERRE 14:00H	
17:30	CICLO VIRTUAL	CICLO VIRTUAL	CICLO VIRTUAL	CICLO VIRTUAL	CICLO VIRTUAL		
18:00	ESPALDA SANA	CARDIOTONO	ESPALDA SANA	GLÚTEOS			
18:30	ZUMBA	PILATES	ZUMBA	PILATES	HIIT		
	CROSS TRAINING		CROSS TRAINING				
19:15	CORE		CORE				
19:30	CICLO	CICLO	CICLO	CICLO	CICLO		
	POWER	POWER	GAP	POWER			
20:30	CICLO	CICLO VIRTUAL	CICLO	CICLO VIRTUAL			
	HIIT	JUMPING	HIIT	CROSS TRAINING			
		CROSS TRAINING					
21:15	CORE	CORE	CORE	CORE			
21:30	CICLO VIRTUAL	CICLO VIRTUAL	CICLO VIRTUAL	CICLO VIRTUAL			

**Horario sujeto a modificaciones.*