

HORA	MIN	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO					
7	:15	Ciclo Indoor SALA CICLO		Ciclo Indoor SALA CICLO									
			Body Pump 45' SALA 1										
8	:00	Pilates SALA 1		Pilates SALA 1									
9	:00	Pilates SALA 1	YOGA SALA 1	Pilates SALA 1	YOGA SALA 1	Pilates SALA 1							
	:30		Abdominales 30' EXPRESS ZONE		CX WORX EXPRESS ZONE								
10	:00	Ciclo Indoor SALA CICLO	Ciclo Indoor SALA CICLO		Ciclo Indoor SALA CICLO	Ciclo Indoor SALA CICLO							
		Body Pump SALA 1	Body Combat SALA 1	Body Attack 45' SALA 1	Zumba SALA 1	Body Pump + CX SALA 1							
		Hipopresivos 30' EXPRESS ZONE		Hipopresivos 30' EXPRESS ZONE		Hipopresivos 30' EXPRESS ZONE							
	:05						Pilates SALA 1	YOGA SALA 1					
11	:00	TRX 30' EXPRESS ZONE	CX WORX SALA 1	Abdominales 30' EXPRESS ZONE	TRX 30' EXPRESS ZONE	Stretching & Mobility 30' EXPRESS ZONE	Pilates SALA 1	YOGA SALA 1					
				YOGA SALA 1									
12	:00	HORARIO					Ciclo Indoor SALA CICLO	Ciclo Indoor SALA CICLO					
							Cross & Run 60' OUTDOOR						
13	:00						HORARIO					Rota 45' SALA 1	Rota 45' SALA 1
												Rota 60' SALA 1	Rota 60' SALA 1
	:00	HORARIO										TRX 30' EXPRESS ZONE	TRX 30' EXPRESS ZONE
	:00											CX WORX SALA 1	TRX 30' EXPRESS ZONE
14	:30						Ciclo Indoor SALA CICLO	Ciclo Indoor SALA CICLO		Ciclo Indoor SALA CICLO			
							Body Combat SALA 1	Pilates SALA 1	Body Pump + CX SALA 1	Pilates SALA 1	Body Pump SALA 1		
			Boxeo Deportivo 60' EXPRESS ZONE		Boxeo Deportivo 60' EXPRESS ZONE								
15	:30			YOGA SALA 1		Stretching & Mobility 30' EXPRESS ZONE							
17	:00	YOGA SALA 1	Pilates SALA 1		YOGA SALA 1								
18	:00	Body Pump SALA 1	Ciclo Indoor SALA CICLO										
			Zumba SALA 1	Pilates SALA 1	Body Pump + 45' SALA 1	YOGA SALA 1							
	:30	TRX 30' EXPRESS ZONE	CX WORX EXPRESS ZONE	Abdominales 30' EXPRESS ZONE	TRX 30' EXPRESS ZONE	Abdominales 30' EXPRESS ZONE							
19	:00	Ciclo Indoor SALA CICLO	Ciclo Indoor SALA CICLO	Ciclo Indoor SALA CICLO	Ciclo Indoor SALA CICLO	Ciclo Indoor SALA CICLO							
		Body Attack + CX SALA 1	Body Pump + 45' SALA 1	Body Combat 45' SALA 1	Pilates SALA 1	Body Pump SALA 1							
				Hipopresivos 30' SALA 1									
20	:00	Ciclo Indoor SALA CICLO	Ciclo Indoor SALA CICLO	Ciclo Indoor SALA CICLO	Ciclo Indoor SALA CICLO								
		Pilates SALA 1	Body Combat SALA 1	Body Pump + CX SALA 1	Body Attack + 45' SALA 1	Body Combat SALA 1							
21	:00	Ciclo Indoor SALA CICLO		Ciclo Indoor SALA CICLO									
		Body Combat SALA 1	Body Attack SALA 1	Zumba SALA 1	Body Pump SALA 1								
		Cross Training 60' EXPRESS ZONE	Stretching & Mobility 30' EXPRESS ZONE	Cross Training 60' EXPRESS ZONE	Stretching & Mobility 30' EXPRESS ZONE								

CLASES COLECTIVAS

■ Actividad Cardiovascular
 ■ Actividad Express
 ■ Actividad Acondicionamiento/tonificación
 ■ Actividad cuerpo y mente
 ■ Actividad coreográfica

La empresa, atendiendo a razones objetivas y por motivos de causa mayor, se reserva el derecho a cambios en el horario de última hora.