























LUNES

9:30	H1		BODY FIT
10:15	H1		ZUMBA
10:45	H1		PILATES
11:30			
14:00			
14:30			
15:00	H1		BOSU
15:30			
17:00			
17:30	H1		Gap
18:00			
18:00			
18:15	H1		GLOBAL TRAINING
18:45			
19:00	H1		CARDIOBOX
19:00			
19:30	H1		ZUMBA
19:45			
20:00	H1		PILATES
20:00			
20:30	H1		FCT
20:45			
21:00	H1		ABD 15'










МДЯТЭС

9:15			
10:00	H1		CARDIOBOX
10:30	H1		PUMP19
11:15	H1		HIPOPRESIVOS 15'
14:00			
14:30			
15:00	H1		
15:30			
17:00			
17:30	H1		BODY FIT
18:00			
18:00			
18:15	H1		PUMP19
18:45			
19:00	H1		ZUMBA 45'
19:00			
19:15			
19:45	H1		HIPOPRESIVOS 15'
20:00	H1		ESPALDA SANA
20:00			
20:30	H1		TABATA
20:45			
21:00	H1		ABD 15'







МИЯКОЛЭС

9:15			
10:00	H1		ZUMBA 45'
10:45	H1		TABATA
11:30			
14:00			
14:30			
15:00	H1		GAP
15:30			
17:00			
17:30	H1		BOSU
18:00			
18:00			
18:15	H1		TREN SUPERIOR
18:45			
19:00	H1		ESTIRAMIENTOS
19:15			
19:30	H1		STEP
19:45			
20:00	H1		PILATES
20:00			
20:30	H1		GAP 45'
20:45			
21:00			

JUEVES

9:15			
10:00	H1		GAP
10:45	H1		STEP-ZUMBA
11:15	H1		ESTIRAMIENTOS
14:00			
14:30			
15:00	H1		TABATA
15:30			
17:00			
17:30	H1		BODY FIT
18:00			
18:15	H1		GLÚTEO
18:30			
18:45			
19:00			
19:00	H1		GLOBAL TRAINING 45'
19:15			
19:45			
20:00	H1		ZUMBA
20:00			
20:30	H1		PILATES
20:45			
21:00			

ВИЯКОЛЭС

9:30	H1		ZUMBA
10:00	H1		BODY FIT
10:45	H1		PILATES
11:30			
14:00			
14:30			
15:00			
15:30			
17:00			
17:15			
18:00	H1		TREN SUPERIOR
18:00			
18:30			
18:45	H1		GAP
19:00			
19:00			
19:15			
19:30	H1		ESPALDA SANA 45'
20:00			
20:00			
20:30			
20:45			
21:00			



ЦИКО ВИЯТУДЛ

ДЕ ЛУНЕС А ВИЯНЕС: ДЕ 7:30 А 21:30 / ФИНЕС ДЕ СЕМАНА: ДЕ 9:30 А 13:30
ЛАС КЛАСЕС ДЕ ЦИКО ВИЯТУДЛ СОН ДЕ 1 ХОРА ДЕ ДУРАЦИОН.
СЕ РЕАЛИЗАН ЕН ХОРАРИО КОНТИНУАДО.

Intensidad baja  Hangar 1 H1
Intensidad media  Hangar 2 H2
Intensidad alta  Hangar 3 H3
Sala Ciclo SC