

	LUNES	SALA	HORA	MARTES	SALA	HORA	MIÉRCOLES	SALA	HORA	JUEVES	SALA	HORA	VIERNES	SALA
10.00 🔴	ZUMBA	H1	10.00 🔴	AEROBOX	H1	10.00 🔴	ZUMBA	H1	10.00 🔴	BODY FIT	H1	10.00 🔴	ZUMBA	H1
10.30 🔴	PILATES	H1	10.30 🔴	GAP	H1	10.30 🔴	TREN SUPERIOR	H1	10.30 🔴	PILATES	H1	10.30 🔴	GLÚTEO	H1
19.00 🔴	TREN SUPERIOR	H2	19.00 🔴	GLÚTEO	H2	19.00 🔴	BODY FIT	H2	19.00 🔴	STEP FUNCIONAL	H2	19.00 🔴	AEROBOX	H2
19.30 🔴	ZUMBA	H2	19.30 🔴	TRX	H1	19.30 🔴	ZUMBA	H2	19.30 🔴	GAP	H2	19.30 🔴	CORE+BANDAS ELÁSTICAS	H2
20.00 🔴	GLOBAL TRAINING	H2	20.00 🔴	AEROBOX	H2	20.00 🔴	PILATES	H2	20.00 🔴	ZUMBA	H2	20.00 🔴	ESPALDA SANA	H2
20.30 🔴	PILATES	H2	20.30 🔴	CORE+BANDAS ELÁSTICAS	H2	20.30 🔴	KETTLEBEL	H2	20.30 🔴	TREN SUPERIOR	H2			

ALTA INTENSIDAD	FUERZA	CARDIO	CUERPO MENTE
-----------------	--------	--------	--------------



LAS CLASES DE CICLO VIRTUAL SON DE 1 HORA DE DURACIÓN, COMIENZAN A LAS 07.30H, LA ÚLTIMA ES A LAS 20.30H. SE REALIZAN EN HORARIO CONTINUADO DE LUNES A DOMINGO [TAMBIÉN DÍAS FESTIVOS].

- 🔴 INTENSIDAD BAJA SALA H1
- 🔴🔴 INTENSIDAD MEDIA SALA H2
- 🔴🔴🔴 INTENSIDAD ALTA SALA CICLO SC