








LUNES			MARTES			MIERCOLES			JUEVES			VIERNES		
HORA	ACTIVIDAD	SALA	HORA	ACTIVIDAD	SALA	HORA	ACTIVIDAD	SALA	HORA	ACTIVIDAD	SALA	HORA	ACTIVIDAD	SALA
9:15	Zumba	1	9:15	Pilates	3	9:15	Les Mills Core	2	9:15	Pilates	3	9:15	Pilates	3
9:15	Funcional Xpress	FITNESS	9:15	Body Pump	1	9:15	Body Combat	1	9:15	Body Pump	1	9:15	Body Combat	1
9:15	Ciclo - Indoor	CICLO	9:15	Ciclo - Virtual	CICLO	9:15	Funcional Xpress	FITNESS	9:15	Ciclo - Virtual	CICLO	9:15	Ciclo - Virtual	CICLO
			9:15	Funcional Xpress	FITNESS	9:15	Ciclo - Virtual	CICLO	9:15	Funcional Xpress	FITNESS	9:15	Funcional Xpress	FITNESS
						9:45	Fit-Ball	2						
10:15	Pilates	3	10:15	Ciclo - Indoor	CICLO	10:15	Pilates	3	10:15	Ciclo - Indoor	CICLO	10:15	Ciclo - Indoor	CICLO
10:15	Les Mills Core	2	10:30	Hatha Yoga	4				10:30	Hatha Yoga	4	10:30	Zumba	1
10:15	Suelo Pélvico	4	10:30	Sh'Bam	1	10:30	Zumba	1	10:30	Sh'Bam	1			
10:45	Fit-Ball	2	10:30	AquaSalud	PISCINA	11:00	R. Postural	4	10:30	AquaSalud	PISCINA	11:30	AquaFitness	PISCINA
												11:30	Ciclo - Virtual	CICLO
11:30	R. Postural	4	11:30	Les Mills Core	2							13:00	Ciclo - Virtual	CICLO
11:30	AquaFitness	PISCINA	11:30	AquaFitness	PISCINA	11:30	AquaFitness	PISCINA	11:30	AquaFitness	PISCINA	14:00	Funcional Xpress	FITNESS
11:30	Ciclo - Virtual	CICLO	11:30	Ciclo - Virtual	CICLO	11:30	Ciclo - Virtual	CICLO	11:30	Ciclo - Virtual	CICLO	14:30	ABD Xpress	FITNESS
												14:30	Ciclo - Virtual	CICLO
13:00	Ciclo - Virtual	CICLO	13:00	Ciclo - Virtual	CICLO	13:00	Ciclo - Virtual	CICLO	13:00	Ciclo - Virtual	CICLO	17:30	Funcional Junior	FITNESS
14:00	Funcional Xpress	FITNESS	14:00	Funcional Xpress	FITNESS	14:00	Funcional Xpress	FITNESS	14:00	Funcional Xpress	FITNESS	18:00	Zumba	1
14:30	Ciclo - Virtual	CICLO	14:30	ABD Xpress	FITNESS	14:30	ABD Xpress	FITNESS	14:30	ABD Xpress	FITNESS	18:00	Pilates	3
14:30	ABD Xpress	FITNESS	14:30	Ciclo - Virtual	CICLO	14:30	Ciclo - Virtual	CICLO	14:30	Ciclo - Virtual	CICLO	19:15	Body Pump	1
												19:30	WOD	FITNESS
16:30	Ciclo - Virtual	CICLO	16:30	Ciclo - Virtual	CICLO	16:30	Ciclo - Virtual	CICLO	16:30	Ciclo - Virtual	CICLO	20:00	Stretch Xpress	FITNESS
												20:15	Ciclo - Indoor	CICLO
17:30	Funcional Junior	FITNESS	17:30	Funcional Junior	FITNESS	17:30	Funcional Junior	FITNESS	17:30	Funcional Junior	FITNESS	21:00	ABD Xpress	FITNESS
17:30	Ciclo - Virtual	CICLO	17:30	Ciclo - Virtual	CICLO	17:30	Ciclo - Virtual	CICLO	17:30	Ciclo - Virtual	CICLO			
18:00	ABD Xpress	FITNESS	18:00	Pilates	3	18:00	ABD Xpress	FITNESS	18:00	AquaFitness	PISCINA	SABADO		
18:30	Ciclo - Virtual	CICLO	18:00	AquaFitness	PISCINA	18:30	Ciclo - Virtual	CICLO	18:00	Body Pump	1	HORA	ACTIVIDAD	SALA
18:15	Les Mills Core	1	18:00	Body Pump	1	18:15	Les Mills Core	1	18:30	TRX 30'	2	9:15	Funcional Xpress	FITNESS
												9:15	Ciclo - Virtual	CICLO
19:00	AquaFitness	PISCINA				19:00	AquaFitness	PISCINA				10:15	Zumba	1
19:00	Body Pump	1				19:00	Body Pump	1	19:00	Funcional	2	14:00	Funcional Xpress	FITNESS
19:00	Fitball	2	19:00	Astanga Yoga	4	19:00	Fitball	2	19:00	Astanga Yoga	4	14:30	ABD Xpress	FITNESS
19:15	Pilates	3	19:00	Body Combat	1	19:15	Pilates	3	19:00	Body Combat	1	14:30	Ciclo - Virtual	CICLO
19:30	GAP Xpress	2	19:00	Ciclo - Indoor	CICLO	19:30	GAP Xpress	2	19:00	Ciclo - Indoor	CICLO	16:30	Ciclo - Virtual	CICLO
19:30	Hatha Yoga	4	19:30	TRX 30'	2	19:30	Hatha Yoga	4				17:30	Funcional JUNIOR	FITNESS
19:30	WOD	FITNESS	19:30	WOD	FITNESS	19:30	WOD	FITNESS	19:30	WOD	FITNESS	18:30	Ciclo - Virtual	CICLO
												19:30	WOD	FITNESS
20:00	Stretch Xpress	FITNESS	20:00	ABD Xpress	FITNESS	20:00	Stretch Xpress	FITNESS	20:00	Les Mills Core	2	20:00	Stretch Xpress	FITNESS
20:00	Funcional	2	20:00	Pilates	3	20:00	Funcional	2	20:00	Pilates	3			
20:00	Ciclo - Indoor	CICLO	20:00	Funcional	2	20:00	Ciclo - Indoor	CICLO	20:15	Sh'Bam	1	DOMINGO		
20:15	Zumba	1	20:30	Ciclo - Virtual	CICLO	20:15	Zumba	1	20:30	Ciclo - Virtual	CICLO	HORA	ACTIVIDAD	SALA
21:00	Pilates	3	20:15	Sh'Bam	1	21:00	Pilates	3				10:30	Ciclo - Virtual	CICLO
21:00	ABD Xpress	FITNESS	21:00	Stretch Xpress	FITNESS	21:00	ABD Xpress	FITNESS	21:00	ABD Xpress	FITNESS	12:00	Ciclo - Virtual	CICLO

* La dirección se reserva el derecho a modificación y/o cancelación de las actividades por necesidades organizativas.

	Tonificación		Cuerpo / mente		Cardiovascular		Coreografía / Baile		Piscina
	Alta intensidad		Virtual						