

HORARIO CLASES

HORARIO	SALA	LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES	SABADO
7:00	ZONA CICLO	Ciclo Indoor virtual	Ciclo Indoor virtual	Ciclo Indoor virtual	Ciclo Indoor virtual	Ciclo Indoor virtual	
8:00	ZONA CICLO	Ciclo Indoor virtual	Ciclo Indoor virtual	Ciclo Indoor virtual	Ciclo Indoor virtual	Ciclo Indoor virtual	
9:00	ZONA CICLO	Ciclo Indoor virtual	Ciclo Indoor virtual	Ciclo Indoor virtual	Ciclo Indoor virtual	Ciclo Indoor virtual	
9:30	SALA 1	MANTENIMIENTO	PILATES	TABATA HIIT	PILATES	PILATES	BOXEO
10:30	Sala Funcional	Ciclo Indoor virtual	Ciclo Indoor virtual	Ciclo Indoor virtual	Ciclo Indoor virtual	Ciclo Indoor virtual	BOXEO
11:00	Sala Funcional	Ciclo Indoor virtual	Ciclo Indoor virtual	Ciclo Indoor virtual	Ciclo Indoor virtual	Ciclo Indoor virtual	BOXEO
15:15	SALA 1	TABATA HIIT	EUROPUMP	ESPALDA SANA	EUROPUMP	PILATES	
17:00	SALA 1	MANTENIMIENTO	PILATES	TABATA HIIT	PILATES	TABATA HIIT	
18:00	SALA 1	EUROPUMP	PILATES	ESPALDA SANA	PILATES	EUROPUMP	
19:00	SALA 1	ZUMBA	CARDIO/GAP	TABATA HIIT	TABATA HIIT	ESPALDA SANA	
20:00	SALA 1	CROSS TRAINING	TABATA HIIT	CROSS TRAINING	GAP	DEFENSA PERSONAL 20:30	
21:00	SALA 1	DEFENSA PERSONAL	Ciclo Indoor virtual	Ciclo Indoor virtual	Ciclo Indoor virtual	Ciclo Indoor virtual	
21:30	SALA 1	DEFENSA PERSONAL	Ciclo Indoor virtual	Ciclo Indoor virtual	Ciclo Indoor virtual	Ciclo Indoor virtual	

AEROBICO	TONIFICACION	CARDIO + TONIFICACION	CUERPO MENTE
----------	--------------	-----------------------	--------------

- Las clases de la sala 1 serán de 50 minutos, entre clase y clase.

CLASES CICLO INDOOR VIRTUAL, DE LUNES A DOMINGO DE FORMA CONTINUADA DURANTE TODO EL DIA



Horario instalación: de lunes a viernes de 06,00h a 23,00h.

Sábados de 09,00h a 14,00h y de 17,00h a 20,00h.

Domingos y festivos de 09,00h a 14,00h.