

Horario de actividades dirigidas

Centro

Horario Completo



HORA	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
06:00	CICLO INDOOR VIR 06:30 - 07:15 - CYC	CICLO INDOOR VIR 06:30 - 07:15 - CYC	CICLO INDOOR VIR 06:30 - 07:15 - CYC	CICLO INDOOR VIR 06:30 - 07:15 - CYC	CICLO INDOOR VIR 06:30 - 07:15 - CYC		
07:00	CICLO INDOOR VIR 07:30 - 08:15 - CYC	CICLO INDOOR VIR 07:30 - 08:15 - CYC	CICLO INDOOR VIR 07:30 - 08:15 - CYC	CICLO INDOOR VIR 07:30 - 08:15 - CYC	CICLO INDOOR VIR 07:30 - 08:15 - CYC		
08:00	CICLO INDOOR VIR 08:30 - 09:15 - CYC	B.PUMP 08:30 - 09:25 - ST2	CICLO INDOOR VIR 08:30 - 09:15 - CYC	B.PUMP 08:30 - 09:25 - ST2	CICLO INDOOR VIR 08:30 - 09:15 - CYC		
	ESPALDA SANA 08:30 - 09:25 - ST2	CICLO INDOOR VIR 08:30 - 09:15 - CYC	ESPALDA SANA 08:30 - 09:25 - ST2	CICLO INDOOR VIR 08:30 - 09:15 - CYC			
09:00	CICLO INDOOR VIR 09:30 - 10:15 - CYC	CICLO INDOOR VIR 09:30 - 10:15 - CYC	B.COMBAT 09:30 - 10:25 - ST1	CICLO INDOOR VIR 09:30 - 10:15 - CYC	CICLO INDOOR VIR 09:30 - 10:15 - CYC	CICLO INDOOR VIR 09:30 - 10:15 - CYC	CICLO INDOOR VIR 09:30 - 10:15 - CYC
	GAP 09:30 - 10:25 - ST1	PILATES 09:30 - 10:25 - ST2	B.PUMP 09:30 - 10:25 - ST2	PILATES 09:30 - 10:25 - ST2	CROSSTRaining 09:30 - 10:25 - ST2		
	PILATES 09:30 - 10:25 - ST2	ZUMBA 09:30 - 10:25 - ST1	CICLO INDOOR VIR 09:30 - 10:15 - CYC	STEP 09:30 - 10:25 - ST1	YOGA 09:30 - 10:25 - ST1		
10:00	B.PUMP 10:30 - 11:25 - ST2	ABD TOTAL 10:30 - 10:59 - ST1	CICLO INDOOR 10:30 - 11:15 - CYC	ACOND. FISICO 10:30 - 11:25 - ST2	CICLO INDOOR 10:30 - 11:15 - CYC	B.PUMP 10:30 - 11:25 - ST2	CICLO INDOOR VIR 10:30 - 11:15 - CYC
	CICLO INDOOR 10:30 - 11:15 - CYC	ACOND. FISICO 10:30 - 11:25 - ST2	GIMNASIA SUAVE 10:30 - 11:25 - ST2	CICLO INDOOR VIR 10:30 - 11:15 - CYC	GIMNASIA SUAVE 10:30 - 11:25 - ST2	CICLO INDOOR VIR 10:30 - 11:15 - CYC	
11:00		CICLO INDOOR VIR 10:30 - 11:15 - CYC		GLUTEUP 10:30 - 11:00 - ST1			
	B.BALANCE 11:30 - 12:25 - ST1	HIFT 11:00 - 11:30 - ST1	CICLO INDOOR VIR 11:30 - 12:15 - CYC	ABD TOTAL 11:00 - 11:30 - FUN	CICLO INDOOR VIR 11:30 - 12:15 - CYC	CICLO INDOOR 11:30 - 12:15 - CYC	CICLO INDOOR VIR 11:30 - 12:15 - CYC
	CICLO INDOOR VIR 11:30 - 12:15 - CYC	CICLO INDOOR VIR 11:30 - 12:15 - CYC	YOGA 11:30 - 12:25 - ST1	CICLO INDOOR VIR 11:30 - 12:15 - CYC	PILATES 11:30 - 12:25 - ST2		
12:00		ESPALDA SANA 11:30 - 12:25 - ST2					
12:00	CICLO INDOOR VIR 12:30 - 13:15 - CYC	CICLO INDOOR VIR 12:30 - 13:15 - CYC	CICLO INDOOR VIR 12:30 - 13:15 - CYC	CICLO INDOOR VIR 12:30 - 13:15 - CYC	CICLO INDOOR VIR 12:30 - 13:15 - CYC	CICLO INDOOR VIR 12:30 - 13:15 - CYC	CICLO INDOOR VIR 12:30 - 13:15 - CYC
13:00	CICLO INDOOR VIR 13:30 - 14:15 - CYC	CICLO INDOOR VIR 13:30 - 14:15 - CYC	CICLO INDOOR VIR 13:30 - 14:15 - CYC	CICLO INDOOR VIR 13:30 - 14:15 - CYC	CICLO INDOOR VIR 13:30 - 14:15 - CYC	CICLO INDOOR VIR 13:30 - 14:15 - CYC	
14:00	CICLO INDOOR VIR 14:30 - 15:15 - CYC	CICLO INDOOR 14:30 - 15:00 - CYC	CICLO INDOOR VIR 14:30 - 15:15 - CYC	CICLO INDOOR 14:30 - 15:00 - CYC	CICLO INDOOR VIR 14:30 - 15:15 - CYC	CICLO INDOOR VIR 14:30 - 15:15 - CYC	
	HIFT 14:30 - 15:00 - ST2		HIFT 14:30 - 15:00 - ST2				
15:00	ABD TOTAL 15:00 - 15:30 - ST2	CICLO INDOOR VIR 15:30 - 16:15 - CYC	ABD TOTAL 15:00 - 15:30 - ST2	CICLO INDOOR VIR 15:30 - 16:15 - CYC	CICLO INDOOR VIR 15:30 - 16:15 - CYC	CICLO INDOOR VIR 15:30 - 16:15 - CYC	
	CICLO INDOOR VIR 15:30 - 16:15 - CYC		CICLO INDOOR VIR 15:30 - 16:15 - CYC				
17:00	ESPALDA SANA 17:00 - 17:55 - ST2	CICLO INDOOR VIR 17:30 - 18:15 - CYC	DEFENSA PERS. 17:00 - 17:55 - ST2	CICLO INDOOR VIR 17:30 - 18:15 - CYC	CROSSTRaining 17:00 - 17:55 - ST2	CICLO INDOOR VIR 17:30 - 18:15 - CYC	
	CICLO INDOOR VIR 17:30 - 18:15 - CYC		CICLO INDOOR VIR 17:30 - 18:15 - CYC		CICLO INDOOR VIR 17:30 - 18:15 - CYC		
18:00	B.PUMP 18:00 - 18:55 - ST2	PILATES 18:00 - 18:55 - ST2	CROSSTRaining 18:00 - 18:55 - ST1	CROSSTRaining 18:00 - 18:55 - ST2	PILATES 18:00 - 18:55 - ST2	CICLO INDOOR VIR 18:30 - 19:15 - CYC	
	GAP 18:00 - 18:55 - ST1	ABD TOTAL 18:30 - 19:00 - ST1	PILATES 18:00 - 18:55 - ST2	ESPALDA SANA 18:00 - 18:55 - ST1	CICLO INDOOR VIR 18:30 - 19:15 - CYC		
	CICLO INDOOR VIR 18:30 - 19:15 - CYC	CICLO INDOOR VIR 18:30 - 19:15 - CYC	CICLO INDOOR VIR 18:30 - 19:15 - CYC	CICLO INDOOR VIR 18:30 - 19:15 - CYC			

Horario de actividades dirigidas

Centro



HORA	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
19:00	B.BALANCE 19:00 - 19:55 - ST1	CROSSTRAINING 19:00 - 19:55 - ST2	B.BALANCE 19:00 - 19:55 - ST1	B.COMBAT 19:00 - 19:55 - ST2	B.PUMP 19:00 - 19:55 - ST2		
	BPUMP HEAVY 19:00 - 19:55 - ST2	GLUTEUP 30 19:00 - 19:30 - ST1	BPUMP HEAVY 19:00 - 19:55 - ST2	HIFT 19:00 - 19:30 - ST1	CICLO INDOOR VIR 19:30 - 20:15 - CYC		
	CICLO INDOOR 19:30 - 20:15 - CYC	CICLO INDOOR 19:30 - 20:15 - CYC	CICLO INDOOR VIR 19:30 - 20:15 - CYC	CICLO INDOOR 19:30 - 20:15 - CYC			
20:00		YOGA 19:30 - 20:25 - ST1		YOGA 19:30 - 20:25 - ST1			
	B.COMBAT 20:00 - 20:55 - ST2	B.PUMP 20:00 - 20:55 - ST2	B.COMBAT 20:00 - 20:55 - ST2	B.PUMP 20:00 - 20:55 - ST2	ABD TOTAL 20:00 - 20:30 - FUN		
	GLUTEUP 30 20:00 - 20:30 - ST1	CICLO INDOOR VIR 20:30 - 21:15 - CYC	HIFT 20:00 - 20:30 - ST1	CICLO INDOOR VIR 20:30 - 21:15 - CYC	CICLO INDOOR VIR 20:30 - 21:15 - CYC		
	ABD TOTAL 20:30 - 21:00 - ST1	ZUMBA 20:30 - 21:25 - ST1	CICLO INDOOR VIR 20:30 - 21:15 - CYC	ZUMBA 20:30 - 21:25 - ST1			
21:00	CICLO INDOOR VIR 20:30 - 21:15 - CYC		GLUTEUP 30 20:30 - 21:00 - ST1				
	LATINO 21:00 - 21:55 - ST2	BULERIAS 21:00 - 21:55 - ST2	LATINO 21:00 - 21:55 - ST2	BULERIAS 21:00 - 21:55 - ST2			