

Horario de actividades dirigidas

Centro

Horario Completo



HORA	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
07:00			CROSSTRaining 07:00 - 07:55 - ST2		CYCLING 07:00 - 07:43 - CYC		
08:00	YOGA 08:30 - 09:25 - ST1	CYCLING 08:30 - 09:15 - CYC	ESPALDA SANA 08:30 - 09:25 - ST2	GAP 08:30 - 09:25 - ST2	ABDOMINALES 08:30 - 08:55 - ST2		
09:00	HIIT 09:00 - 09:25 - ST2	ESPALDA SANA 09:30 - 10:25 - ST1	TRX 09:00 - 09:25 - FUN	CROSSTRaining 09:30 - 10:25 - ST2	ESTIRAMIENTOS 09:00 - 09:25 - ST2		
	CYCLING 09:30 - 10:15 - CYC	TONE 09:30 - 10:25 - ST2	B.PUMP 09:30 - 10:25 - ST2	TRX 09:30 - 09:55 - FUN	B.BALANCE 09:30 - 10:25 - ST2		
	GAP 09:30 - 09:55 - ST2		CYCLING 09:30 - 10:15 - CYC		CYCLING 09:30 - 10:15 - CYC		
	PILATES 09:30 - 10:25 - ST1		YOGA 09:30 - 10:25 - ST1				
10:00	ABDOMINALES 10:00 - 10:25 - ST2	TRX 10:00 - 10:25 - FUN	B.COMBAT 10:30 - 11:25 - ST1	ABDOMINALES 10:00 - 10:25 - ST1	B.PUMP 10:30 - 11:25 - ST2	CYCLING 10:30 - 11:15 - CYC	
	B.COMBAT 10:30 - 11:25 - ST2	ABDOMINALES 10:30 - 10:55 - ST1	CROSSTRaining 10:30 - 11:25 - ST2	CYCLING 10:30 - 11:15 - CYC	TRX 10:30 - 10:55 - FUN		
	CYCLING 10:30 - 11:15 - CYC	CROSSTRaining 10:30 - 11:25 - ST2		STEP 10:30 - 11:25 - ST2			
	DANCE 10:30 - 11:25 - ST1	CYCLING 10:30 - 11:15 - CYC					
	TRX 10:30 - 10:55 - FUN						
11:00	B.ATTACK 11:30 - 12:25 - ST1	YOGA 11:15 - 12:10 - ST1	ABDOMINALES 11:30 - 11:55 - ST1	YOGA 11:15 - 12:10 - ST1	ABDOMINALES 11:00 - 11:25 - ST1		
	ZUMBA 11:30 - 12:25 - ST2	B.PUMP 11:30 - 12:25 - ST2	ZUMBA 11:30 - 12:25 - ST2	B.PUMP 11:30 - 12:25 - ST2	B.COMBAT 11:30 - 12:25 - ST2		
12:00	ABDOMINALES 12:30 - 12:55 - ST1		ESTIRAMIENTOS 12:00 - 12:25 - ST1	TRX 12:00 - 12:25 - FUN	ABDOMINALES 12:30 - 12:55 - ST2		
				ZUMBA 12:30 - 13:25 - ST2			
13:00		ABDOMINALES 13:00 - 13:25 - ST1					
14:00	CROSSTRaining 14:30 - 15:25 - ST2	CYCLING 14:30 - 15:15 - CYC	B.PUMP 14:30 - 15:25 - ST2	B.COMBAT 14:30 - 15:25 - ST2	CYCLING 14:30 - 15:15 - CYC		
17:00	ESPALDA SANA 17:00 - 17:55 - ST1	B.PUMP 17:00 - 17:55 - ST2	B.PUMP 17:00 - 17:55 - ST2	B.PUMP 17:00 - 17:55 - ST2	GAP 17:00 - 17:25 - ST2		
	CYCLING 17:30 - 18:15 - CYC	ESPALDA SANA 17:00 - 17:55 - ST1	CYCLING 17:30 - 18:15 - CYC	CYCLING 17:30 - 18:15 - CYC			
		CYCLING 17:30 - 18:15 - CYC		HIIT 17:30 - 17:55 - ST1			
18:00	CROSSTRaining 18:00 - 18:55 - ST1	GAP 18:00 - 18:55 - ST2	GAP 18:00 - 18:55 - ST1	PILATES 18:00 - 18:55 - ST2	CYCLING 18:30 - 19:15 - CYC		
	YOGA 18:00 - 18:55 - ST2	CYCLING 18:30 - 19:15 - CYC	YOGA 18:00 - 18:55 - ST2	ZUMBA 18:00 - 18:55 - ST1			
	CYCLING 18:30 - 19:15 - CYC		CYCLING 18:30 - 19:15 - CYC				

Horario de actividades dirigidas

Centro



HORA	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
19:00	ABDOMINALES 19:00 - 19:25 - FUN	ABDOMINALES 19:00 - 19:25 - ST1	ABDOMINALES 19:00 - 19:25 - ST1	B.COMBAT 19:00 - 19:55 - ST1	B.PUMP 19:00 - 19:55 - ST2		
	PILATES 19:00 - 19:55 - ST1	CROSSTRAINING 19:00 - 19:55 - ST2	B.PUMP 19:00 - 19:55 - ST2	CROSSTRAINING 19:00 - 19:55 - ST2	ABDOMINALES 19:30 - 19:55 - ST1		
	ZUMBA 19:00 - 19:55 - ST2	CYCLING 19:30 - 20:15 - CYC	CYCLING 19:30 - 20:15 - CYC	CYCLING 19:30 - 20:15 - CYC			
	CYCLING 19:30 - 20:15 - CYC	ESTIRAMIENTOS 19:30 - 19:55 - ST1	HIIT 19:30 - 19:55 - ST1				
	TRX 19:30 - 19:55 - FUN						
20:00	B.PUMP 20:00 - 20:55 - ST2	PILATES 20:00 - 20:55 - ST1	TRX 20:00 - 20:25 - FUN	ABDOMINALES 20:00 - 20:25 - ST1	ESTIRAMIENTOS 20:00 - 20:25 - ST1		
	CYCLING 20:30 - 21:15 - CYC	ZUMBA 20:00 - 20:55 - ST2	ZUMBA 20:00 - 20:55 - ST2	B.PUMP 20:00 - 20:55 - ST2	CYCLING 20:30 - 21:15 - CYC		
		CYCLING 20:30 - 21:15 - CYC	CYCLING 20:30 - 21:15 - CYC	CYCLING 20:30 - 21:15 - CYC			
21:00				ESTIRAMIENTOS 20:30 - 20:55 - ST1			
	B.COMBAT 21:00 - 21:55 - ST2	ABDOMINALES 21:00 - 21:25 - ST1	B.COMBAT 21:00 - 21:55 - ST2		ABDOMINALES 21:30 - 21:55 - ST2		
		B.PUMP 21:00 - 21:55 - ST2					
		GAP 21:30 - 21:55 - ST1					

Acuáticas Alta intensidad Cardiovascular Virtual Coregráficas Cuerpo/Mente Fuerza Senior

Lowfit se reserva el derecho de cualquier modificación en el horario por motivos externos.

Toda la Información
en nuestra web

www.lowfit.com

Lowfit en
las Redes sociales

