



HORARIO DEL CENTRO DE LUNES A VIERNES DE 7 A 23H
SABADOS Y DOMINGOS DE 10 A 14H

NO ESTA PERMITIDO EL ACCESO A LAS SALAS DE ACTIVIDADES DIRIGIDAS NI EL USO DEL MATERIAL FUERA DE LOS HORARIOS EN LOS QUE SE DESARROLLEN ACTIVIDADES DIRIGIDAS.

		LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES	SABADO	DOMINGO
SALA 1	7:30 - 8:25	VIRTUAL		BODY TONO				
SALA CICLO	7:30 - 8:25		VIRTUAL		VIRTUAL	CICLO		
SALA 1	9:30 - 10:25	BODY TONO		GAP		BODY TONO		
SALA 2	9:30 - 10:25	ESPALDA SANA	PILATES INTERMEDIO	HATHA YOGA	PILATES INTERMEDIO	ESTIRAMIENTOS		
SALA CICLO	9:30 - 10:25		CICLO	VIRTUAL	CICLO			
PISCINA	9:30 - 10:15		APRENDE A NADAR		MEJORA TU ESTILO			
SALA 2	10:00 - 10:50						ESTIRAMIENTOS	
SALA CICLO	10:00 - 10:55						VIRTUAL	VIRTUAL
SALA 1	10:30 - 11:25	RITMO ACTIVO		RITMO ACTIVO	ESTIRAMIENTOS 40'			
SALA 2	10:30 - 11:25		ESPALDA SANA					
SALA CICLO	10:30 - 11:25	CICLO	VIRTUAL	CICLO	VIRTUAL	CICLO		
PISCINA	10:30 - 11:15	AQUA FIT		AQUA FIT		AQUA FIT		
SALA 1	11:00 A 11:55						BODY TONO	BODY TONO
SALA CICLO	12:00 - 12:55						CICLO	CICLO
SALA FITNESS	14:00 - 14:25	CROSS-FACTORY	CROSS-FACTORY	CROSS-FACTORY	CROSS-FACTORY			
SALA 1	14:30 - 15:25	BODY TONO		HIIT FACTORY				
SALA CICLO	14:30 - 15:15		CICLO		CICLO			
SALA 1	17:00 - 17:55	BODY TONO BASICO	GAP	BODY TONO INTERMEDIO				
SALA CICLO	17:00 - 17:55	VIRTUAL		VIRTUAL				
SALA 1	18:00 - 18:55	STEP N.Intermedio 18,10 - 18:55	BODY PERFECT	RITMO ACTIVO	BODY PERFECT			
SALA 2	18:00 - 18:55	ESTIRAMIENTOS	ESPALDA SANA	PILATES N.Básico 18,10 - 18:55	ESPALDA SANA			
SALA CICLO	18:00 - 18:55		CICLO		CICLO			
SALA FITNESS	19:00 - 19:30	CROSS FACTORY	CROSS FACTORY		CROSS FACTORY	CROSS FACTORY		
SALA 1	19:00 - 19:55	XTROMBA	CARDIO DANCE	STEP BASICO	CARDIO DANCE	STRONG		
SALA 2	19:00 - 19:55	TRX	PILATES Nivel Intermedio	CROSS FACTORY	BOOTCAMP			
SALA CICLO	19:00 - 19:55	CICLO	VIRTUAL	CICLO	VIRTUAL	CICLO		
PISCINA	19:30 - 20:15		APRENDE A NADAR		MEJORA TU ESTILO			
ZONA CARDIO	19:30 - 19:55	ABDOMINALES EXPRESS	ABDOMINALES EXPRESS	ABDOMINALES EXPRESS	ABDOMINALES EXPRESS	ABDOMINALES EXPRESS		
SALA 1	20:00 - 20:55	BODY TONO	BODY PERFECT	STRONG	GAP	BODY TONO		
SALA 2	20:00 - 20:55	BALANCE PILATES	YOGA	TRX	YOGA			
SALA CICLO	20:00 - 20:55	VIRTUAL	CICLO	VIRTUAL	CICLO	VIRTUAL		
PISCINA	20:00 - 20:45	AQUA FIT		AQUA FIT		AQUA FIT		
SALA 1	21:00 - 21:55	STEP AVANZADO	ENTRENAMIENTO X INTEVALOS					
SALA 2	21:00 - 21:55		PILATES AVANZADO		HATHA YOGA			
SALA CICLO	21:00 - 21:55	CICLO	VIRTUAL	CICLO	VIRTUAL			

CENTRO SE RESERVA EL DERECHO DE MODIFICAR Y/O ANULAR ALGUNA ACTIVIDAD SI LO CONSIDERA OPORTUNO

LAS CLASES SE IMPARTIRAN CON UN MINº DE 3 PERSONAS

PARA CUALQUIER DUDA, SUGERENCIA O RECLAMACIÓN ACERCA DE LAS ACTIVIDADES SE DEBEN DIRIGIR AL COORDINADOR