

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
7:45		BODY PUMP J.MANUEL S1					
8:00	TRX J.MANUEL S1		CICLO INDOOR J.MANUEL SC	GAP J.MANUEL S1	CICLO INDOOR J.MANUEL SC		
8:45							
9:00							
9:30	BODY PUMP J.MANUEL S1	ACOND. FISICO ANDREA S1	CICLO INDOOR NORA SC	BODY COMBAT J.MANUEL S1	GAP J.MANUEL S1		
9:30		CICLO INDOOR J.MANUEL SC	ZUMBA ANABEL S1	CICLO INDOOR ANDREA SC			
10:00	ABS 15' ANDREA GF	ABS 15' NORA GF	ABS 15' J.MANUEL GF	ABS 15' NORA GF	ABS 15' NORA GF	ABS 15' ZF	ABS 15 ZF
10:30			STREECHING ANDREA S2		ZUMBA ESTILOS ANABEL S1		
10:30	BODY COMBAT ANDREA S1	BODY COMBAT J.MANUEL S2	BODY PUMP J.MANUEL S1	PILATES J.MANUEL S2	CICLO INDOOR J.MANUEL SC		
10:30	CICLO INDOOR J.MANUEL SC			TRX DIMAS S1	BODY BALANCE ANDREA S2		
11:00		ZUMBA ANABEL S1					
11:15							
11:30	PILATES J.MANUEL S2		PILATES J.MANUEL S2	BODY BALANCE ANDREA S2	PILATES J.MANUEL S2	BODY PUMP ANDREA S1	
11:30			ACOND. FISICO ANDREA S1	ACOND. FISICO J.MANUEL S1	BODY PUMP ANDREA S1		
12:00		BODY BALANCE ANDREA S2					
12:00	ZUMBA ANABEL S1	GAP J.MANUEL S1					FUNCIONAL TRAINING 30' S1
12:00	ABS 15' ANDREA GF	ABS 15' NORA ZF	ABS 15' NORA GF	ABS 15' DIMAS ZF	ABS 15' DIMAS ZF	ABS 15' ZF	
12:30				ZUMBA ANABEL S1		CICLO INDOOR ANDREA SC	
12:30							
13:00							ABS 15 ZF
13:30							
14:00							
14:30	HIIT J.MANUEL ZF	BODY COMBAT ANDREA SC	BODY PUMP ANDREA S1	HIIT DIMAS ZF	CICLO INDOOR ANDREA SC		
14:30							
15:30							
17:00	ZUMBA ANABEL S1	GAP FERMÍN S1	ZUMBA ANABEL S1	CORE-FIT JOSE S1			
17:00							
18:00			STREET DANCE JOSE S1		BODY BALANCE JOSE S2		
18:00	PILATES NORA S2	CICLO INDOOR J.MANUEL SC	GAP FERMIN S2	ACOND. FISICO FERMIN S2	ZUMBA ANABEL S1		
18:00	CICLO INDOOR JAVI SC	BODY BALANCE FERMÍN S2		FUNCIONAL TRAINING JOSE S1			
18:00	ACOND. FISICO FERMÍN S1	TRX DIMAS S1		CICLO INDOOR J.MANUEL SC			
18:00	ABS 15' ANDREA ZF	ABS 15' JAVI ZF	ABS 15' JAVI ZF	ABS 15' DIMAS ZF	ABS 15' FERMIN ZF		
18:30							
19:00	BODY COMBAT ANDREA S1	BODY COMBAT J.MANUEL S1	FUNCIONAL TRAINING JOSE S1	PILATES JOSE S2	BODY PUMP JOSE S1		
19:00			CICLO INDOOR JAVI SC	BODY PUMP J.MANUEL S1			
19:00			BODY BALANCE ANDREA S2				
19:00	BODY BALANCE NORA S2	GAP FERMÍN S2					
19:15							
19:30	HIIT DIMAS ZF	HIIT DIMAS ZF	HITT DIMAS S1	HIIT DIMAS ZF			
20:00	ABS 15' JAVI ZF	ABS 15' FERMÍN ZF	ABS 15' FERMIN ZF	ABS 15' DIMAS ZF	ABS 15' DIMAS ZF		
20:00	BODY PUMP ANDREA S1	PILATES J.MANUEL S2	PILATES JOSE S2	BODY COMBAT J.MANUEL S2	CICLO INDOOR FERMIN SC		
20:00	CICLO INDOOR FERMIN SC	CICLO INDOOR JAVI SC	CICLO INDOOR JAVI SC	ZUMBA ANABEL S1			
20:00	STREECHING NORA S2	TRX DIMAS S1	BODY PUMP ANDREA S1	CICLO INDOOR JAVI SC			
20:00							
21:00		KRAV MAGA FRAN S1		KRAV MAGA FRAN S1			
21:00		ZUMBA ANABEL S2					

El horario podrá ser modificado por el centro sin previo aviso. Mínimo 4 personas para impartir las clases. Si durante dos semanas consecutivas no se alcanza el mínimo de socios para impartir las clases ésta será eliminada o sustituida por otra actividad. Una vez comenzada la actividad no se permitirá el acceso a la sala, así como la salida antes de que la actividad finalice.

Consulte las normas de cada actividad con nuestro personal. \* Actividad extra no incluida en el precio. S1 (Sala 1) S2 (Sala 2) SC (Sala de Ciclo) GF (Gym Floor)

Horario de clases 50'. Clases Les Mills 60

CARDIO  
HITT 30

FUERZA  
KRAV MAGA

SUAVES

ABS 15'