

Horario de actividades

LUNES	
08:30	Ciclo Indoor Virtual
10:00	Abdominales
10:15	Zumba
10:30	Ciclo Indoor
11:15	Cross Training
11:30	Ciclo Indoor Virtual
14:15	Cross Training
19:00	Abdominales
19:15	Ciclo Indoor
19:30	Espalda sana
20:00	Cross Training
20:45	Ciclo Indoor Virtual
20:45	Body Pump

MARTES	
08:30	Ciclo Indoor Virtual
09:00	Iniciación al Pilates
10:00	Espalda sana
11:00	Body Pump
12:30	Ciclo Indoor Virtual
14:30	Abdominales
18:30	Stretching
19:00	Abdominales
19:00	Ciclo Indoor Virtual
19:15	Zumba
20:00	Cross Training
20:45	Ciclo Indoor

MIÉRCOLES	
08:30	Ciclo Indoor Virtual
10:00	Abdominales
10:15	Zumba
10:30	Ciclo Indoor
11:15	Cross Training
11:30	Ciclo Indoor Virtual
14:15	Cross Training
19:00	Abdominales
19:15	Ciclo Indoor
19:30	Espalda sana
20:00	Cross Training
20:45	Ciclo Indoor Virtual
20:45	Body Pump

JUEVES	
08:30	Ciclo Indoor Virtual
09:00	Iniciación al Pilates
10:00	Espalda Sana
11:00	Body Pump
12:30	Ciclo Indoor Virtual
14:30	Abdominales
18:30	Stretching
19:00	Abdominales
19:00	Ciclo Indoor Virtual
19:15	Zumba
20:00	Cross Training
20:45	Ciclo Indoor

VIERNES	
08:30	Ciclo Indoor Virtual
10:00	Abdominales
10:15	Zumba
10:30	Ciclo Indoor
11:15	Cross Training
11:30	Ciclo Indoor Virtual
14:15	Cross Training
18:00	Ciclo Indoor Virtual
18:30	Espalda Sana
19:00	Abdominales
19:30	Cross Training
20:00	Ciclo Indoor Virtual

(*) Disponemos además de grupos reducidos con precios muy atractivos de, Kickboxing, Pilates, y Escuela de Natación. Consúltanos.
 Entrenamientos Personales: Electroestimulación, Entrenamiento en pareja, Recuperación Funcional, Pruebas físicas.
 Clases de ciclo indoor virtual todo el día con Aplifit. Solicita tu clase en la sala fitness.

TIPO ACTIVIDAD	
Agua	
Cuerpo	
Spinner	
Zen	