

HORARIOS ESPECIALES VERANO 2023 (Julio)

ACTIVIDADES DIRIGIDAS

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
09:00 - 10:00 SALA PILATES 4	08:15 - 09:00 SALA CICLO 1	09:00 - 10:00 SALA PILATES 4	08:15 - 09:00 SALA CICLO 1	09:15 - 10:00 SALA BODY PUMP 45' 4
09:30 - 10:00 SALA GRIT 2	09:00 - 10:00 SALA BODY PUMP 4	09:30 - 10:00 SALA LES MILL CORE 2	09:00 - 10:00 SALA BODY PUMP 4	09:15 - 10:00 SALA CICLO 1
10:00 - 10:45 SALA CICLO 1	10:00 - 11:00 SALA BODY COMBAT 2	10:00 - 10:45 SALA CICLO 1		10:00 - 11:30 SALA PILATES + STRETCHING 4
10:00-11:00 SALA BODY STEP 4		10:00 - 10:45 SALA SH'BAM 4		
11:00 - 12:00 SALA BODY BALANCE 2	10:00 - 11:00 SALA PILATES 4		10:00 - 11:00 SALA PILATES 4	
11:00 - 12:00 SALA BODY PUMP 4	11:00 - 11:45 SALA CICLO 1	11:00 - 12:00 SALA BODY PUMP 4	11:00 - 11:45 SALA CICLO 1	
15:00 - 16:00 SALA BODY PUMP 4		15:15 - 15:45 SALA GRIT 2		15:00 - 16:00 SALA BODY PUMP 4
17:30 - 18:30 SALA PILATES 4		17:30 - 18:30 SALA PILATES 4		
	18:00 - 18:45 SALA CICLO 1		18:00 - 18:45 SALA CICLO 1	18:00 - 18:45 SALA CICLO 1
18:00 - 18:45 SALA CICLO 1	18:00 - 19:00 SALA BODY PUMP 4	18:30 - 19:15 SALA BODY STEP 45' 4	18:00 - 19:00 SALA BODY PUMP 4	
	19:00 - 19:30 SALA LES MILL CORE 2	19:15 - 20:00 SALA BODY PUMP 45' 4		
19:00 - 19:30 SALA GRIT 2		19:15 - 20:00 SALA CICLO 1		19:15 - 20:00 SALA CICLO 1
19:00 - 20:00 SALA ZUMBA 4				
19:15 - 20:00 SALA CICLO 1	19:15 - 20:00 SALA CICLO 1		19:00 - 19:45 SALA BODY COMBAT 45' 4	
	20:00 - 21:00 SALA BODY BALANCE 2	20:00 - 21:00 SALA ZUMBA 4	20:00 - 20:45 SALA CICLO 1	
20:00 - 21:00 SALA BODY PUMP 4	20:30 - 21:15 SALA CICLO 1	20:30 - 21:15 SALA CICLO 1		
20:30 - 21:15 SALA CICLO 1				

* Todas las actividades dirigidas están incluidas en la cuota de Abonado, Abono Familiar, Socio Fitness y Socio Multideporte excepto YOGA y JUNIOR FITNESS, esta última si incluida en Abono Familiar.



Intensidad **BAJA**
Intensidad **MEDIA**
Intensidad **ALTA**
BAILES

HORARIOS ESPECIALES VERANO 2023 (Agosto)

ACTIVIDADES DIRIGIDAS

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
09:30 - 10:00 SALA GRIT 2	09:00 - 10:00 SALA BODY PUMP 4	09:30 - 10:00 SALA LES MILL CORE 2	09:00 - 10:00 SALA BODY PUMP 4	09:15 - 10:00 SALA CICLO 1
10:00 - 10:45 SALA CICLO 1		10:00 - 10:45 SALA CICLO 1		10:00 - 11:30 SALA PILATES + STRETCHING 4
	10:00 - 11:00 SALA PILATES 4		10:00 - 11:00 SALA PILATES 4	
11:00 - 12:00 SALA BODY PUMP 4	11:00 - 11:45 SALA CICLO 1	11:00 - 12:00 SALA BODY PUMP 4	11:00 - 11:45 SALA CICLO 1	
17:30 - 18:30 SALA PILATES 4		17:30 - 18:30 SALA PILATES 4		
	18:00 - 19:00 SALA BODY PUMP 4		18:00 - 19:00 SALA BODY PUMP 4	18:00 - 18:45 SALA CICLO 1
	19:00 - 19:30 SALA LES MILL CORE 2	19:15 - 20:00 SALA BODY PUMP 45' 4		
19:00 - 19:30 SALA GRIT 2				
19:15 - 20:00 SALA CICLO 1	19:15 - 20:00 SALA CICLO 1		19:00 - 19:45 SALA BODY COMBAT 45' 4	
	20:00 - 21:00 SALA BODY BALANCE 2	20:00 - 21:00 SALA ZUMBA 4	20:00 - 20:45 SALA CICLO 1	
20:00 - 21:00 SALA BODY PUMP 4		20:30 - 21:15 SALA CICLO 1		

* Todas las actividades dirigidas están incluidas en la cuota de Abonado, Abono Familiar, Socio Fitness y Socio Multideporte excepto YOGA y JUNIOR FITNESS, esta última si incluida en Abono Familiar.

■	Intensidad BAJA
■	Intensidad MEDIA
■	Intensidad ALTA
■	BAILES

