

Intensidad

Leve

Moderada

Media

Alta

Fuerte

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
7:30	<b>CICLO VIRTUAL</b>	<b>CICLO VIRTUAL</b>	<b>CICLO VIRTUAL</b>	<b>CICLO VIRTUAL</b>	<b>CICLO VIRTUAL</b>		7:30
7:30	HIIT		TRX		HIIT		7:30
8:30	YOGA	PILATÉS	espalda sana	YOGA	TRX		8:30
8:30	virtual walking	virtual walking	virtual walking	virtual walking	virtual walking		8:30
9:00	<b>CICLO VIRTUAL</b>		<b>CICLO VIRTUAL</b>		<b>CICLO VIRTUAL</b>		8:30
9:30		<b>CICLO VIRTUAL</b>		<b>CICLO VIRTUAL</b>			9:30
9:30	GAP	ZUMBA	LES MILLS BODYPUMP	ZUMBA	GAP <sup>10'</sup>		9:30
9:30	virtual walking	virtual walking	virtual walking	virtual walking	virtual walking		9:30
10:00	<b>CICLO VIRTUAL</b>		<b>CICLO VIRTUAL</b>		<b>CICLO INDOOR</b>	<b>CICLO VIRTUAL</b>	10:00
10:30		<b>CICLO VIRTUAL</b>		<b>CICLO VIRTUAL</b>			10:30 <b>CICLO VIRTUAL</b>
10:30	LES MILLS BODYBALANCE	LES MILLS BODYPUMP	LES MILLS BODYCOMBAT	GAP <sup>30'</sup>	espalda sana		10:30
10:30	virtual walking	virtual walking	virtual walking	virtual walking	virtual walking		10:30
11:00	<b>CICLO VIRTUAL</b>		<b>CICLO VIRTUAL</b>		<b>CICLO VIRTUAL</b>		10:30
11:00				iCORE		<b>CICLO VIRTUAL</b>	11:00
11:30	virtual walking	<b>CICLO VIRTUAL</b>	virtual walking	<b>CICLO VIRTUAL</b>	virtual walking	virtual walking	11:30 virtual walking
14:20	LES MILLS BODYPUMP	LES MILLS BODYCOMBAT		LES MILLS BODYPUMP	LES MILLS BODYCOMBAT		14:20
14:20	<b>CICLO VIRTUAL</b>	<b>CICLO VIRTUAL</b>	<b>CICLO VIRTUAL</b>	<b>CICLO VIRTUAL</b>	<b>CICLO VIRTUAL</b>	<b>CICLO VIRTUAL</b>	14:20
15:30	<b>CICLO VIRTUAL</b>	virtual walking	LES MILLS BODYBALANCE	virtual walking	<b>CICLO VIRTUAL</b>		15:30
16:30	virtual walking	virtual walking	virtual walking	virtual walking	virtual walking		16:30
17:30						virtual walking	17:30
18:15	PILATÉS	GAP <sup>30'</sup>	YOGA	LES MILLS BODYBALANCE	ZUMBA	<b>CICLO VIRTUAL</b>	18:00
18:30	virtual walking	virtual walking	virtual walking	virtual walking	virtual walking		18:30
18:30		<b>CICLO VIRTUAL</b>		<b>CICLO INDOOR</b>			18:30
19:00		TRX		TRX			19:00
19:00	LES MILLS BODYPUMP	ZUMBA		GAP	PILATÉS		19:00
19:00	<b>CICLO INDOOR</b>		<b>CICLO INDOOR</b>		<b>CICLO VIRTUAL</b>	<b>CICLO VIRTUAL</b>	19:00
19:30	virtual walking	virtual walking	virtual walking	virtual walking	virtual walking		19:30
19:30		<b>CICLO INDOOR</b>		<b>CICLO VIRTUAL</b>			19:30
20:00	LES MILLS BODYCOMBAT	RUNNING	LES MILLS BODYPUMP	ZUMBA			20:00
20:00	<b>CICLO INDOOR</b>		<b>CICLO INDOOR</b>		<b>CICLO VIRTUAL</b>		20:00
20:30	virtual walking	virtual walking	virtual walking	virtual walking			20:30
20:30				iCross			20:30
20:45	LES MILLS BODYBALANCE		LES MILLS BODYBALANCE	PILATÉS			20:45
21:00	<b>CICLO VIRTUAL</b>	<b>CICLO VIRTUAL</b>	<b>CICLO VIRTUAL</b>	<b>CICLO VIRTUAL</b>	<b>CICLO VIRTUAL</b>		21:00

La dirección se reserva el derecho de realizar las modificaciones necesarias en el horario de las clases colectivas.

Es obligatorio calzado deportivo que no se haya utilizado en el exterior, botella de agua y toalla.

\* Clases de 15' iCORE \*\* Clases de 20' CBA, HIIT \*\*\* Clases de 30' TRX GAP30