

# Horario de Actividades

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
7.35	ABDOMEN 30'		POWER 45'		CROSS-HIIT 30'
9		CROSS-HIIT 30'		ABDOMEN 30'	POWER 45'
9.15	GAP 30'		BODYJUMP 45'		
9.30		POWER 45'		AEROSTEP 30'	BODYJUMP 45'
9.45	AEROSTEP 30'				
10			CROSS-HIIT 30'	TRX 30'	
10.15	ABDOMEN 30'	KANGOO JUMP 30'			
10.30			GAP 30'	POWER 45'	
10.45	CROSS-HIIT 30'	TRX 30'			
11			PILATES 45'		PILATES 45'
14	PILATES 30'	ABDOMEN 30'	POWER 45'	CROSS-HIIT 30'	GAP 30'
15	POWER 45'	GAP 30'	YOGA 30'	ABDOMEN 30'	POWER 45'

el horario de mediodía de color turquesa son clases "virtuales"

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
17.45				PILATES 45'	
18		PILATES 45'			
18.30	CROSS-HIIT 30'			POWER 45'	TRX 30'
19	GAP 30'	TRX 30'	ABDOMEN 30'		CROSS-HIIT 30'
19.15				KANGOO JUMP 30'	
19.30	BODYJUMP 45'	KANGOO JUMP 30'	POWER 45'		
20				ABDOMEN 30'	
20.15	POWER 45'		BODYJUMP 45'		PILATES 45'
20.30		ABDOMEN 30'		GAP 30'	
20.45					
21	TRX 30'	CROSS-HIIT 30'	GAP 30'	ESTIRAMIENTOS 30'	
21.30			ABDOMEN 30'		

Con el objetivo de mantener la máxima calidad del servicio, el centro podrá realizar ajustes puntuales en la programación.  
Gracias por tu comprensión.