

HORARIO ACTIVIDADES

| LUNES | | | MARTES | | | MIÉRCOLES | | | JUEVES | | | VIERNES | | | SABADO | | |
|-------|----------------|-------------|--------|----------------|-------------|-----------|----------------|-------------|--------|----------------|-------------|---------|--------------------|--------|--------|---------------|--------|
| 🕒 | ACTIVIDAD | 🕒 SALA | 🕒 | ACTIVIDAD | 🕒 SALA | 🕒 | ACTIVIDAD | 🕒 SALA | 🕒 | ACTIVIDAD | 🕒 SALA | 🕒 | ACTIVIDAD | 🕒 SALA | 🕒 | ACTIVIDAD | 🕒 SALA |
| 8:45 | YOGA | 45' 1 | 9:30 | CICLO INDOOR | 45' 2 | 8:45 | YOGA | 45' 1 | 9:30 | CICLO INDOOR | 45' 2 | | | | | | |
| 9:30 | AEROBIC | 45' 1 | 9:30 | ZUMBA | 45' 1 | 9:30 | AEROBIC | 45' 1 | 9:30 | ZUMBA | 45' 1 | 9:30 | INICIACION AEROBIC | 45' 1 | 9:30 | CICLO VIRTUAL | 45' 2 |
| 9:30 | AQUAGYM | 45' Piscina | 9:30 | AQUAGYM | 45' Piscina | 9:30 | AQUAGYM | 45' Piscina | 9:30 | AQUAGYM | 45' Piscina | 9:30 | CICLO VIRTUAL | 45' 2 | 17:30 | CICLO VIRTUAL | 45' 2 |
| 9:30 | CICLO VIRTUAL | 45' 2 | 10:15 | PILATES | 45' 1 | 9:30 | CICLO VIRTUAL | 45' 2 | 10:15 | PILATES | 45' 1 | 10:15 | MANTENIMIENTO | 45' 1 | | | |
| 9:30 | CROSS TRAINING | 45' 3 | 10:30 | CICLO VIRTUAL | 45' 2 | 9:30 | CROSS TRAINING | 45' 3 | 10:30 | CICLO VIRTUAL | 45' 2 | 10:30 | CICLO VIRTUAL | 45' 2 | | | |
| 10:15 | MANTENIMIENTO | 45' 1 | 10:45 | CROSS TRAINING | 45' 3 | 10:15 | MANTENIMIENTO | 45' 1 | 10:45 | CROSS TRAINING | 45' 3 | | | | | | |
| 10:15 | BOXEO | 45' 3 | 11:00 | PILATES | 45' 1 | 10:15 | BOXEO | 45' 3 | 11:00 | PILATES | 45' 1 | | | | | | |
| 10:30 | CICLO VIRTUAL | 45' 2 | | | | 10:30 | CICLO VIRTUAL | 45' 2 | | | | | | | | | |
| 11:00 | HIOPRESIVOS | 30' 1 | | | | 11:00 | HIOPRESIVOS | 30' 1 | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 18:15 | PILATES | 45' 1 | 18:15 | HIOPRESIVOS | 30' 1 | 18:15 | PILATES | 45' 1 | 18:15 | HIOPRESIVOS | 30' 1 | | | | | | |
| | | | 18:45 | MANTENIMIENTO | 45' 1 | 18:45 | CICLO INDOOR | 45' 2 | 18:45 | MANTENIMIENTO | 45' 1 | | | | | | |
| 18:45 | CICLO INDOOR | 45' 2 | | | | | | | | | | | | | | | |
| 19:00 | HIOPRESIVOS | 30' 1 | 19:00 | CICLO VIRTUAL | 45' 2 | 19:00 | HIOPRESIVOS | 30' 1 | 19:00 | CICLO VIRTUAL | 45' 2 | | | | | | |
| | | | 19:30 | AEROBIC | 45' 1 | 19:00 | CROSS TRAINING | 45' 3 | 19:30 | AEROBIC | 45' 1 | | | | | | |
| 19:30 | PILATES | 45' 1 | 19:45 | XTREME FIT | 45' 3 | 19:30 | PILATES | 45' 1 | 19:45 | XTREME FIT | 45' 3 | | | | | | |
| 20:00 | CICLO VIRTUAL | 45' 2 | 20:00 | CICLO INDOOR | 45' 2 | 20:00 | CICLO VIRTUAL | 45' 2 | 20:00 | CICLO INDOOR | 45' 2 | | | | | | |
| 20:00 | XTREME FIT | 45' 3 | | | | 20:00 | XTREME FIT | 45' 3 | | | | | | | | | |
| 20:15 | BODY JUMP | 45' 1 | 20:15 | GAP | 45' 1 | 20:15 | BODY JUMP | 45' 1 | 20:15 | GAP | 45' 1 | 20:15 | ZUMBA | 1 | | | |
| 20:45 | CROSS TRAINING | 45' 3 | 20:30 | CROSS TRAINING | 45' 3 | 20:45 | CROSS TRAINING | 45' 3 | 20:30 | CROSS TRAINING | 45' 3 | 20:15 | CROSS BOX | 3 | | | |
| 21:00 | ZUMBA | 45' 1 | 20:45 | AQUAGYM | 45' Piscina | 21:00 | ZUMBA | 45' 1 | 20:45 | AQUAGYM | 45' Piscina | 21:00 | GAP | 1 | | | |
| 21:00 | CICLO INDOOR | 45' 2 | 21:00 | PILATES | 45' 1 | 21:00 | CICLO INDOOR | 45' 2 | 21:00 | PILATES | 45' 1 | 21:15 | BOX | 2 | | | |
| 21:30 | BOXEO | 60' 3 | | | | 21:30 | BOXEO | 60' 3 | | | | | | | | | |
| 21:45 | GAP | 45' 1 | 21:15 | BOXEO | 60' 3 | 21:45 | GAP | 45' 1 | 21:15 | BOXEO | 60' 3 | | | | | | |
| | | | 21:45 | YOGA | 45' 1 | | | | 21:45 | YOGA | 45' 1 | | | | | | |

SALA 1: SALA DE ACTIVIDADES
SALA 2: SALA DE CICLO
SALA 3: SALA CROSS

ACTIVIDADES INCLUIDAS EN ABONO
ACTIVIDADES DE ABONO MAXI
ACTIVIDADES CON SUPLEMENTO
ACTIVIDADES ESCOLARES

DESDE LAS 07:30h
CADA HORA HABRÁ
CICLO VIRTUAL.

HORARIO MONITOR EN SALA FITNESS
LUNES A JUEVES
9 a 14h y 14.30h a 22:45h
(Cierre de la Sala)
VIERNES
9 a 14h y 16.30h a 22:45h
(Cierre de la Sala)
SÁBADO 10 a 14h

Artículo v95.1 del Regimen interno de la instalación. Para que de comienzo la clase deberá haber un mínimo de tres personas, sea cual sea la actividad.