

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
07:15	S3 45' CICLO INDOOR JUAN CARLOS	S3 VIRTUAL CICLO INDOOR C.VIRTUAL	S3 45' CICLO INDOOR QUIQUE	S3 VIRTUAL CICLO INDOOR	S3 VIRTUAL CICLO INDOOR		
08:00							
08:30	S2 GIMNASIA ACTIVA 45' SONIA			S2 GIMNASIA ACTIVA 45' SONIA			
09:00	S5 PILATES MATWORK ELENA	S5 PILATES MATWORK ELENA	S1 ESPALDA SANA SONIA	S5 PILATES MATWORK ELENA	S5 PILATES MATWORK ELENA		
09:15	S1 GIMNASIA ACTIVA 45' SONIA	S2 GIMNASIA ACTIVA SONIA		S2 GIMNASIA ACTIVA 45' SONIA			
09:30	S2 FUNCTIONAL TRAINING QUIQUE	S1 DANCE IT JEIKO	S2 TOTAL TRAINING QUIQUE	S2 VIRTUAL BODY PUMP	S2 TOTAL TRAINING ISMAEL		
09:30	S6 REFORMER PILATES BONOS INÉS						
09:30	S3 CICLO INDOOR C.VIRTUAL			S1 DANCE IT JEIKO			
10:00	PS RUNNING AGUA ROTATIVO				PS RUNNING AGUA ROTATIVO		
10:00	S4 YOGA HATHA REBECA	S6 REFORMER PILATES BONOS TERE	PS CIRCUIT AGUA ROTATIVO	S6 REFORMER PILATES BONOS INÉS	S4 YOGA HATHA CAROLA	S5 YOGA HATHA INTENSO 90' IGISELLE	
10:15	S5 ESPALDA ESCUELA SONIA		S1 ESPALDA SANA SONIA	S5 ESPALDA ESCUELA SONIA			
10:30		S2 GIMNASIA ACTIVA SONIA	S2 PUMP BODY PABLO	S2 GUN-EX 45' QUIQUE			
10:30		S1 BALANCE BODY PABLO	S6 REFORMER PILATES BONOS INÉS		S1 BALANCE BODY PABLO		
10:30		S3 VIRTUAL CICLO INDOOR	S3 VIRTUAL CICLO INDOOR	S3 CICLO INDOOR PABLO	S3 VIRTUAL CICLO INDOOR	S3 CICLO INDOOR EDUARDO	S3 CICLO INDOOR EDUARDO
10:40							
11:00						S1 ZUMBA FITNESS GEORGE	
11:15	S5 ESPALDA ESCUELA SONIA			S5 ESPALDA ESCUELA SONIA			
11:30						S2 PUMP BODY EDUARDO	S2 ENDURANCE LABI EDUARDO
12:00						S1 ZUMBA FITNESS GEORGE	
12:00						S3 VIRTUAL CICLO INDOOR C.VIRTUAL	S3 VIRTUAL CICLO INDOOR C.VIRTUAL
12:30							
12:40							
14:00							
14:15							
14:15							
14:30	S3 CICLO INDOOR ISMAEL	S3 VIRTUAL CICLO INDOOR	S3 CICLO INDOOR ISMAEL	S3 VIRTUAL CICLO INDOOR	S2 BALANCE BODY VIRTUAL		
14:30	OUT CLUB CORREDOR TERESA	S2 CIRCUIT TRAINING ISMAEL			S3 VIRTUAL CICLO INDOOR C.VIRTUAL		
14:30		S6 REFORMER PILATES BONOS EDUARDO			S1 CIRCUIT RITUAL FERNANDO		
15:15		PS NADADOR CLUB ROTATIVO		PS NADADOR CLUB ROTATIVO			
15:30					S3 VIRTUAL CICLO INDOOR C.VIRTUAL		

LEYENDA

Coreográficas	Reformer bonos
Alta intensidad	Tonificación
Acuáticas	Terapéuticas
Aeróbicas	Tarifificación adicional
	Cuerpo y mente

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
17:30							
17:30							
18:00	S2 30' GAP AMAIA	S3 VIRTUAL CICLO INDOOR		S1 FS RITMOS JEIKO			
18:00	S1 RITMOS						
18:00	S6 REFORMER PILATES BONOS FANI		S2 GUN-EX 45' AMAIA				
18:00	PS AQUAFIT ROTATIVO	S2 CIRCUIT TRAINING FERNANDO	PS RUNNING ROTATIVO	S2 30' GAP HIIT FERNANDO	PS AQUAFIT ROTATIVO		
18:30							
18:30	S2 30' ABD AMAIA			S2 30' ABD FERNANDO			
18:30					S2 TRAINING FUNCTIONAL FERNANDO		
19:00		S3 VIRTUAL CICLO INDOOR		S1 ZUMBA JEIKO			
19:00	S2 FUNCTIONAL TRAINING ISMAEL	S6 REFORMER PILATES BONOS FANI	S2 PUMP BODY EDUARDO	S6 REFORMER PILATES BONOS INÉS			
19:00	S5 PILATES MATWORK FANI	S5 PILATES MATWORK SONIA		S5 PILATES MATWORK ELENA			
19:00		S2 EXTREME TRAINING ADRIÁN	S6 REFORMER PILATES BONOS FANI	S2 EXTREME TRAINING AMAIA			
19:00	S4 HATHA YOGA GISELLE	S1 ZUMBA	S3 CICLO INDOOR ISMAEL	S3 VIRTUAL CICLO INDOOR			
19:00	S3 CICLO INDOOR FERNANDO		S4 VINYASA YOGA GISELLE		S1 ZUMBA TH 30M LINA		
19:30							
19:30					S3 CICLO INDOOR FERNANDO		
19:30					S2 45' GLUTE HIIT EDUARDO		
19:45							
20:00	S3 VIRTUAL CICLO INDOOR	S3 VIRTUAL CICLO INDOOR	S3 VIRTUAL CICLO INDOOR	S3 VIRTUAL CICLO INDOOR			
20:00	S5 HIPOPRESIVOS ABDOMINALES 45' FANI	S4 YOGA FANI					
20:00	S4 VINYASA YOGA 90' GISELLE		S1 ZUMBA (TH) LINA	S2 VIRTUAL BODY PUMP			
20:00	S2 PUMP BODY AMAIA	S2 PUMP BODY ADRIÁN	S5 PILATES MATWORK ELENA				
20:00			S2 COMBAT BODY ADRIÁN				
20:00	S1 ZUMBA LINA	S5 PILATES MATWORK SONIA	S4 HATHA YOGA INTENSO 90' GISELLE				
20:00							
20:15							
21:00							
21:00							

LEYENDA

Coreográficas	Reformer bonos
Alta intensidad	Tonificación
Acuáticas	Terapéuticas
Aeróbicas	Tarifificación adicional
	Cuerpo y mente

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
07:15	BOX FS CROSS + OPEN CROSS	BOX FS CROSS + OPEN CROSS	BOX FS CROSS + OPEN CROSS	BOX FS CROSS + OPEN CROSS	BOX FS CROSS + OPEN CROSS		
08:30	BOX FS CROSS + OPEN CROSS	BOX FS CROSS + OPEN CROSS	BOX FS CROSS + OPEN CROSS	BOX FS CROSS	BOX FS CROSS + OPEN CROSS		
09:30							
10:00						BOX FS CROSS	
10:30							
11:00							
12:00							
14:30	BOX OPEN CROSS	BOX OPEN CROSS	BOX OPEN CROSS	BOX GYMNASTICS FS CROSS + OPEN	BOX OPEN CROSS		
14:30	BOX FS CROSS	BOX FS CROSS	BOX FS CROSS		BOX FS CROSS		
17:30	BOX OPEN CROSS		BOX OPEN CROSS				
18:30	BOX FS CROSS + OPEN CROSS	BOX FS CROSS + OPEN CROSS	BOX FS CROSS + OPEN CROSS	BOX FS CROSS + OPEN CROSS	BOX WEIGHTLIFTING FS CROSS + OPEN		
19:30	BOX FS CROSS RX I + OPEN CROSS	BOX FS CROSS RX I + OPEN CROSS	BOX FS CROSS RX I + OPEN CROSS	BOX FS CROSS RX I + OPEN CROSS	BOX FS CROSS + OPEN CROSS		
20:30							
20:30							

FUERZA FLEXIBILIDAD
RESISTENCIA
VELOCIDAD | EQUILIBRIO | COORDINACIÓN
AGILIDAD Y POTENCIA