

## HORARIO DE ACTIVIDADES DIRIGIDAS (DESDE 17 DE SEPTIEMBRE DE 2024)

LUNES			
HORA	CLASE	MONITOR	SALA
7:30 - 8:20	CICLO L	EVA	C
8:30 - 9:25	B.PUMP	EVA	B
8:30 - 9:25	YOGA	PEDRO	D
9:30 - 10:20	CICLO L	MONITOR/A	C
9:30 - 10:25	ZUMBA	RAQUEL	B
9:30 - 10:25	GAP	FRAN	D
10:15 - 11:00	AQUAGYM	FRAN	PISCINA
10:30 - 11:25	TBC	MONITOR/A	B
10:30 - 11:25	PILATES	ALEJANDRA	D
10:30 - 11:20	I.WALKING	FRAN	A
11:30 - 12:00	CORE	FRAN	B
15:30 - 16:25	PILATES	EVA	D
17:30 - 18:25	CICLO SPIVI	VIRTUAL	C
18:00 - 18:55	GAP	MARIA	D
18:30 - 19:25	ZUMBA	JAVI	B
18:45 - 19:35	I.WALKING	RUBEN	A
19:00 - 19:55	CALISTENIA	SAMUEL	CROSS
19:00 - 19:55	B.BALANCE	ALEJANDRA	D
19:00 - 19:50	CICLO L	MARÍA	C
19:30 - 20:25	B.PUMP	FRAN	B
19:30 - 20:15	AQUAGYM	SERGIO	PISCINA
19:30 - 20:30	DEF.PERSONAL	BARTOLO	E
20:00 - 20:55	PILATES	ALEJANDRA	D
20:00 - 20:50	I.WALKING	MARÍA	A
20:30 - 21:00	TRX	MONITOR	FITNESS
20:30 - 21:30	JIU JITSU	BARTOLO	E
20:30 - 21:25	B.COMBAT	FRAN	B

MARTES			
HORA	CLASE	MONITOR	SALA
7:30 - 8:25	HIIT	ALEJANDRA	B
8:30 - 9:25	CICLO SPIVI	VIRTUAL	C
8:30 - 9:25	PILATES	ALEJANDRA	B
9:15 - 10:00	AQUAGYM	SERGIO	PISCINA
9:30 - 10:20	CICLO L	RICARDO	C
9:30 - 10:25	B.COMBAT	JUDIT	B
9:30 - 10:25	PILATES	ALEJANDRA	D
10:15 - 11:00	AQUAGYM	ROSA	PISCINA
10:30 - 11:25	YOGA	PEDRO	D
10:30 - 11:25	B.PUMP	ALEJANDRA	B
10:30 - 11:20	I.WALKING	JUDIT	A
11:30 - 12:25	ESPALDA	PEDRO	B
15:30 - 16:25	B.PUMP	EVA	B
17:30 - 18:00	CORE	JUDIT	B
18:00 - 18:50	I.WALKING	MARÍA	A
18:00 - 18:55	ZUMBA	DAYANA	D
18:15 - 19:10	B.PUMP	JUDIT	B
19:00 - 19:50	CICLO L	MARÍA	C
19:00 - 19:55	PILATES	EVA	D
19:00 - 19:55	CROSS	SAMUEL	CROSS
19:15 - 20:10	B.COMBAT	JUDIT	B
20:00 - 20:55	B.BALANCE	MARCOS	D
20:00 - 20:45	TRX+TONIFICACIÓN	MONITOR FITNESS	
20:00 - 20:50	I.WALKING	MARÍA	A
20:30 - 21:25	YOGA	PEDRO	B

MIÉRCOLES			
HORA	CLASE	MONITOR	SALA
7:30 - 8:20	I.WALKING	EVA	A
8:30 - 9:25	YOGA	PEDRO	D
8:30 - 9:25	PILATES	EVA	B
9:30 - 10:20	CICLO L	FRAN	C
9:30 - 10:25	B.PUMP	EVA	B
9:30 - 10:25	PILATES	ANDREA	D
9:30 - 10:20	I.WALKING	MARÍA	A
10:15 - 11:00	AQUAGYM	CHIARA	PISCINA
10:30 - 11:00	CORE	FRAN	B
10:30 - 11:25	B.BALANCE	ALEJANDRA	D
11:30 - 12:25	PILATES	ALEJANDRA	B
15:30 - 16:25	B.BALANCE	EVA	D
17:30 - 18:25	TBC	MARÍA	B
18:00 - 18:55	PILATES	EVA	D
18:00 - 18:55	CROSS	JAVI	CROSS
18:30 - 19:20	I.WALKING	MARÍA	A
18:30 - 19:25	GAP	MARCOS	B
19:00 - 19:55	POWERBOX	ALEJANDRA	D
19:00 - 19:55	CALISTENIA	SAMUEL	CROSS
19:15 - 20:05	CICLO L	RICARDO	C
19:30 - 20:15	AQUAGYM	FRAN	PISCINA
19:30 - 20:25	B.PUMP	MARCOS	B
19:30 - 20:30	DEF.PERSONAL	BARTOLO	E
20:00 - 20:50	I.WALKING	MARÍA	A
20:30 - 21:00	TRX	MONITOR	FITNESS
20:30 - 21:25	B.BALANCE	MARCOS	B
20:30 - 21:30	JIU JITSU	BARTOLO	E

JUEVES			
HORA	CLASE	MONITOR	SALA
7:30 - 8:25	B.PUMP	EVA	B
8:30 - 9:25	PILATES	ALEJANDRA	B
8:30 - 9:25	B.BALANCE	EVA	D
9:15 - 10:00	AQUAGYM	SERGIO	PISCINA
9:30 - 10:25	CICLO L	JUDIT	C
9:30 - 10:25	POWERBOX	ALEJANDRA	D
9:30 - 10:25	PILATES	EVA	E
10:15 - 11:00	AQUAGYM	ROSA	PISCINA
10:30 - 11:25	YOGA	PEDRO	D
10:30 - 11:25	GAP	ALEX	B
11:30 - 12:25	ESPALDA	PEDRO	B
15:25 - 16:20	B.PUMP	EVA	B
17:30 - 18:25	B.COMBAT	JUDIT	B
17:30 - 18:25	PILATES	MARIA	D
18:30 - 19:00	CORE	JUDIT	D
18:30 - 19:25	ZUMBA	JAVI	B
19:00 - 19:50	I.WALKING	MARÍA	A
19:00 - 19:55	CROSS	SAMUEL	CROSS
19:15 - 20:05	CICLO L	JUDIT	C
19:10 - 20:00	PILATES	ANDREA	D
19:30 - 20:25	GAP	FRAN	B
20:00 - 20:45	TRX+TONIFICACIÓN	MONITOR FITNESS	
20:00 - 20:50	I.WALKING	MARÍA	A
20:30 - 21:25	B.PUMP	FRAN	B

VIERNES			
HORA	CLASE	MONITOR	SALA
7:30 - 8:15	CORE	EVA	B
8:30 - 9:25	CICLO SPIVI	VIRTUAL	C
8:30 - 9:25	PILATES	EVA	D
9:30 - 10:25	B.PUMP	ALEJANDRA	B
9:30 - 10:25	B.BALANCE	EVA	D
9:30 - 10:20	I.WALKING	MARIA	A
10:15 - 11:00	AQUAGYM	ROSA	PISCINA
10:30 - 11:25	PILATES	ALEJANDRA	D
10:30 - 11:20	CICLO L	MARIA	C
14:30 - 15:25	CICLO SPIVI	VIRTUAL	C
17:30 - 18:25	B.PUMP	FRAN	B
18:00 - 18:50	CICLO L	MARÍA	C
18:30 - 19:25	CALISTENIA	SAMUEL	CROSS
18:30 - 19:25	B.COMBAT	MARCOS	B
18:30 - 19:25	PILATES	PEDRO	D
19:00 - 19:55	HIIT	MONITOR	FITNESS
19:00 - 19:50	I.WALKING	MARÍA	A
19:15 - 20:15	DEF.PERSONAL	BARTOLO	E
19:30 - 20:25	ZUMBA	PEDRO	D
19:30 - 20:25	GAP	MARCOS	B
19:45 - 20:30	AQUAGYM	JORGE	PISCINA
20:00 - 20:45	TRX+ABDOMINALES	FERNANDO FITNESS	
20:15 - 21:15	JIU JITSU	BARTOLO	E
20:30 - 21:25	YOGA	PEDRO	D

SÁBADO			
HORA	CLASE	MONITOR	SALA
9:30 - 10:25	CROSS	JAVI	CROSS
10:00 - 10:50	CICLO L	MARÍA	C
11:00 - 11:50	I.WALKING	MARÍA	A
11:00 - 11:30	TRX	MONITOR	FITNESS
11:00 - 11:55	PILATES	FRAN	B
17:30 - 18:25	ABD+ESTIR.	ROTATIVO	FITNESS
18:00 - 18:55	B.PUMP	ROTATIVO	B
19:00 - 19:50	CICLO L	ROTATIVO	C

  

DOMINGO			
HORA	CLASE	MONITOR	SALA
9:30 - 10:00	TRX	MONITOR	FITNESS
10:00 - 10:50	CICLO L	ROTATIVO	C
10:00 - 10:55	PILATES	ROTATIVO	D
11:00 - 11:50	I.WALKING	ROTATIVO	A
11:00 - 11:55	B.PUMP	ROTATIVO	B

TIPO DE ACTIVIDAD
CICLO INDOOR
TONIFICACIÓN
CUERPO Y MENTE
AERÓBICO
ACUÁTICA
INDOOR WALKING
ARTES MARCIALES