

HORARIO ACTIVIDADES DIRIGIDAS

A PARTIR DEL 1 DE JULIO 2026



LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

8:30-9:15	TONIFICACIÓN	8:30-9:15	YOGA BALANCE	8:30-9:15	TONIFICACIÓN	8:30-9:15	YOGA BALANCE	8:30-9:15	TONIFICACIÓN
		8:30-9:15	CICLO INDOOR			8:30-9:15	CICLO INDOOR		
9:30-10:15	ENTRENAMIENTO FUNCIONAL	9:30-10:15	BAILES LATINOS	9:30-10:15	ENTRENAMIENTO FUNCIONAL	9:30-10:15	BAILES LATINOS	9:30-10:15	ENTRENAMIENTO FUNCIONAL
10:30-11:00	CORE	10:30-11:00	GAP	10:30-11:00	CORE	10:30-11:00	GAP	10:30-11:00	CORE
11:30-12:15	PILATES			11:30-12:15	PILATES				
14:15-15:00	ENTRENAMIENTO FUNCIONAL	14:15-15:00	CICLO INDOOR	14:15-15:00	ENTRENAMIENTO FUNCIONAL	14:15-15:00	CICLO INDOOR	14:15-15:00	ENTRENAMIENTO FUNCIONAL
		17:30-18:15	PILATES			17:30-18:15	PILATES		
18:30-19:15	ENTRENAMIENTO FUNCIONAL	18:30-19:15	CARDIO POWER	18:30-19:15	ENTRENAMIENTO FUNCIONAL	18:30-19:15	CARDIO POWER		
18:30-19:00	CORE			18:30-19:00	CORE			19:00-19:45	ESTIRAMIENTOS
19:30-20:15	CROSSGYM			19:30-20:15	CROSSGYM				
19:30-20:15	CICLO INDOOR	19:30-20:15	CICLO INDOOR	19:30-20:15	CICLO INDOOR	19:30-20:15	CICLO INDOOR	19:00-19:45	CICLO INDOOR
19:30-20:15	BAILES LATINOS	19:30-20:15	CROSSGYM	19:30-20:15	BAILES LATINOS	19:30-20:15	CROSSGYM		
20:30-21:00		20:30-21:15	YOGA	20:30-21:00		20:30-21:15	YOGA		

* LAS CLASES DE CORE Y WOD SON ACTIVIDADES DE LA SALA FITNESS IMPARTIENDOSE EN ESE ESPACIO.

SÁBADO

10:00-10:30	CORE
12:00-12:30	CORE

* LA DIRECCIÓN SE RESERVA EL DERECHO DE MODIFICAR LAS ACTIVIDADES DURANTE LA TEMPORADA, ASÍ COMO TAMBIÉN CAMBIAR LA ACTIVIDAD PUNTUALMENTE ANTE LA AUSENCIA DEL MONITOR/RA.

* DADO QUE EL AFORO DE LAS CLASES DE CICLO INDOOR, CORE Y PILATES ES LIMITADO SE DEBERÁ RESERVAR PLAZA CON 24 HS DE ANTELACIÓN.

* LAS RESERVAS SERÁN: POR TELÉFONO AL 634 32 67 61 , POR WHATSAPP 634 37 04 58 (NO LLAMADAS NI AUDIOS) O EN FORMA PRESENCIAL EN RECEPCIÓN.

Tonificación



Cardio



Cuerpo y mente



Baile

