HORARIO
ACTIVIDADES DIRIGIDAS

A PARTIR DEL 1 DE OCTUBRE

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
8:30 - 9:15	TONIFICACIÓN	YOGA	TONIFICACIÓN + CICLO INDOOR	YOGA	TONIFICACIÓN
9:30 - 10:15	ENT. FUNCIONAL	CICLO INDOOR	ENT. FUNCIONAL	CICLO INDOOR	ENT. FUNCIONAL
9:45 - 10:15		GAP		GAP	
10:30 - 11:00	CORE		CORE		CORE
10:30 - 11:15	BAILES LATINOS	BAILES LATINOS		BAILES LATINOS	
11:30 - 12:15	PILATES		PILATES		
14:15 - 15:00	ENT. FUNCIONAL	CICLO INDOOR	ENT. FUNCIONAL	CICLO INDOOR	ENT. FUNCIONAL
17:30 - 18:15	CROSSGYM	PILATES	CROSSGYM	PILATES	
18:30 - 19:15	ENT. FUNCIONAL	CARDIO POWER	ENT. FUNCIONAL	CARDIO POWER	18:00 - 18:45 CARDIO POWER
18:30 - 19:00	CORE		CORE		CORE
18:30 - 19:15	CICLO INDOOR		CICLO INDOOR		19:00 - 19:45 ESTIRAMIENTOS
19:30 - 20:15	CICLO INDOOR	CICLO INDOOR	CICLO INDOOR	CICLO INDOOR	19:00 - 19:45 CICLO INDOOR
19:30 - 20:15	BAILES LATINOS	CROSSGYM	BAILES LATINOS	CROSSGYM	
20:30 - 21:15	WOD	YOGA	WOD	YOGA	20:00 - 20:30 WOD

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

Tonificación
Cardio
Cuerpo y mente
Baile

*La Dirección se reserva el derecho de modificar las actividades durante la temporada, así como también cambiar la actividad puntualmente ante la ausencia de monitor/a.

*Dado que el aforo de las clases de Ciclo Indoor, Core y Pilates es limitado, se deberá reservar plaza con 24h de antelación.

*Las **reservas** serán: por teléfono al 634 32 67 61, por WhatsApp al 634 37 04 58 (no llamadas ni audios) o de forma presencial en recepción.

*Las clases de Core y WOD son actividades de la Sala Fitness para clientes en ese espacio.