

HORARIO DE ACTIVIDADES

■ Tonificación

■ Aeróbico

■ Mente - Cuerpo

Horario	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Horario
08:30 / 09:30	G.A.P./ DYNAMIC FUNCIONAL	DYNAMIC FUNCIONAL	BODY FITNESS	DYNAMIC FUNCIONAL	PILATES	08:30 / 09:30
09:30 / 10:30	BODY FITNESS	YOGUILATES	BALANCE	YOGUILATES	BODY FITNESS	09:30 / 10:30
10:30 / 11:30	SALSA/ CARDIO DE L'ART	PILATES ORO	STEP	PILATES ORO	CARDIO DE L'ART/ SALSA	10:30 / 11:30
11:30 / 12:30	PILATES EMBARAZADAS	PILATES CLÁSICO	PILATES EMBARAZADAS	PILATES CLÁSICO	PILATES EMBARAZADAS	11:30 / 12:30
12:00 / 13:00	PILATES	HIOPRESIVOS	PILATES	HIOPRESIVOS	PILATES	12:00 / 13:00
12:30 / 13:00	EXPRESS ABDOMEN	GAP 30'	EXPRESS ABDOMEN	GAP 30'	EXPRESS ABDOMEN	12:30 / 13:00
13:50 / 14:30	CUBBÀ	BOX/ CARDIO DE L'ART	XTREM CIRCUIT	CIRCUIT TRAINING	BODY BARRE	13:50 / 14:30
14:30 / 15:30	BODY FITNESS	BODY FITNESS	CARDIO DE L'ART	BODY FITNESS	PILATES	14:30 / 15:30
14:30 / 15:00	EXPRESS ABDOMEN	GAP 30'	EXPRESS ABDOMEN	GAP 30'	EXPRESS ABDOMEN	14:30 / 15:00
15:00/ 15:30	GAP 30'	EXPRESS ABDOMEN	GAP 30'	EXPRESS ABDOMEN	GAP 30'	15:00/ 15:30
15:30 / 16:30	PILATES	BALANCE	PILATES	CLUB DE CORREDORAS / CARDIO DE L'ART	BODY FITNESS/ DYNAMIC FUNCIONAL	15:30 / 16:30
17:00 / 18:00		HIOPRESIVOS		HIOPRESIVOS		17:00 / 18:00
18:00 / 18:30	GAP 30'	EXPRESS ABDOMEN	TONIFICA-T	GAP 30'	TONIFICA-T	18:00 / 18:30
18:30 / 19:30	CARDIO DE L'ART	PILATES	CARDIO DE L'ART	HATHA YOGA	CARDIO DE L'ART	18:30 / 19:30
19:30 / 20:30	CARDIO DE L'ART	PILATES	BODY FITNESS	PILATES	BALANCE	19:30 / 20:30
20:00 / 20:30	EXPRESS ABDOMEN	GAP 30'	EXPRESS ABDOMEN	GAP 30'		20:00 / 20:30
20:30 / 21:30	HATHA YOGA	CARDIO DE L'ART	PILATES CLÁSICO	BODY FITNESS DYNAMIC FUNCIONAL		20:30 / 21:30