

HORARIO ACTIVIDADES FITNESS-WELLNESS OCTUBRE 2015

ACTIVIDADES COLECTIVAS "SALA FITNESS"

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
9:15	PUMP	GAP	PUMP	GAP	STEP
10:15	ZUMBA	GAP	STEP	GAP	ZUMBA
11:15	BALANCE	PILATES	BALANCE	PILATES	
17:00	PUMP	FITDANCE	PUMP	FITDANCE	
18:00	GAP	ETTO SUSP	GAP	ETTO SUSP	
19:00	PILATES	GAP	BALANCE	PILATES	
20:00	BALANCE	ZUMBA	PILATES	ZUMBA	

ACTIVIDADES CARDBIKE "SALA CICLO"

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SABADO
10:15		CARDBIKE		CARDBIKE	CARDBIKE	CARDBIKE
19:00	CARDBIKE	CARDBIKE	CARDBIKE	CARDBIKE	CARDBIKE	
20:00	CARDBIKE	CARDBIKE	CARDBIKE	CARDBIKE		
21:00	CARDBIKE	CARDBIKE	CARDBIKE	CARDBIKE		

ACTIVIDADES COLECTIVAS "SALA MUSCULACION"

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
11:15	CIRCUITO	CIRCUITO	CIRCUITO	CIRCUITO	CIRCUITO

ACTIVIDADES COLECTIVAS "MULTIPISTA"

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
20:00	PREPARACION FISICA		PREPARACION FISICA		

HORARIO SALA DE MUSCULACION

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SABADO
09.00 A 22.00	MONITOR	MONITOR	MONITOR	MONITOR	MONITOR	MONITOR 10.00-13.00

