CUADRANTE HORARIO FITNESS&WELLNESS TEMPORADA 2023-2024

HORARIO ACTIVIDADES COLECTIVAS "SALA DE FITNESS, SALA DE CICLO, MULTIPISTA Y FRONTÓN"

HORA	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
07´00	07´15 - 08´10 SALA DE CICLO CARDIOBIKE VIRTUAL	07´15 - 08´10 SALA DE CICLO CARDIOBIKE VIRTUAL	07´15 - 08´10 SALA DE CICLO CARDIOBIKE VIRTUAL	07´15 - 08´10 SALA DE CICLO CARDIOBIKE VIRTUAL	07´15 - 08´10 SALA DE CICLO CARDIOBIKE VIRTUAL		
08´00	08´15 - 09´10 SALA DE CICLO CARDIOBIKE VIRTUAL	08´15 - 09´10 SALA DE CICLO CARDIOBIKE VIRTUAL	08´15 - 09´10 SALA DE CICLO CARDIOBIKE VIRTUAL	08´15 - 09´10 SALA DE CICLO CARDIOBIKE VIRTUAL	08´15 - 09´10 SALA DE CICLO CARDIOBIKE VIRTUAL		
9´00	09´15 - 10´10 SALA DE CICLO CARDIOBIKE VIRTUAL	09´15 - 10´10 SALA DE CICLO CARDIOBIKE VIRTUAL	09´15 - 10´10 SALA DE CICLO CARDIOBIKE VIRTUAL	09´15 - 10´10 SALA DE CICLO CARDIOBIKE VIRTUAL	09´15 - 10´10 SALA DE CICLO CARDIOBIKE VIRTUAL	09´15 - 10´10 SALA DE CICLO CARDIOBIKE VIRTUAL	09´15 - 10´10 SALA DE CICLO CARDIOBIKE VIRTUAL
					09´00 - 09´15 SALA DE FITNESS STRETCH CAROL S.		
	09´15 - 10´10 SALA DE FITNESS YOGA CAROL G.	09´15 - 10´10 SALA DE FITNESS PUMP PABLO.C	09´15 - 10´10 SALA DE FITNESS YOGA CAROL G.	09´15 - 10´10 SALA DE FITNESS PUMP PABLO.C	09´20 - 10´10 SALA DE FITNESS PILATES CAROL S.		
10´00	10´15 - 11´10 SALA DE CICLO CARDIOBIKE CAROL S.	10´15 - 11´10 SALA DE CICLO CARDIOBIKE CAROL G.	10´15 - 11´10 SALA DE CICLO CARDIOBIKE CAROL S.	10´15 - 11´10 SALA DE CICLO CARDIOBIKE CAROL G.	10´15 - 11´10 SALA DE CICLO CARDIOBIKE PABLO C.	10´15 - 11´10 SALA DE CICLO CARDIOBIKE VIRTUAL	10´15 - 11´10 SALA DE CICLO CARDIOBIKE VIRTUAL
	10´15 - 11´10 SALA DE FITNESS ZUMBA CAROL G.	10´15 - 11´10 SALA DE FITNESS GAP CAROL S.	10´15 - 11´10 SALA DE FITNESS ZUMBA CAROL G.	10´15 - 11´10 SALA DE FITNESS GAP CAROL S.	10´15 - 11´10 SALA DE FITNESS ZUMBA CAROL G.		
11´00	11´15 - 12´10 SALA DE CICLO CARDIOBIKE VIRTUAL	11´15 - 12´10 SALA DE CICLO CARDIOBIKE VIRTUAL	11´15 - 12´10 SALA DE CICLO CARDIOBIKE VIRTUAL	11´15 - 12´10 SALA DE CICLO CARDIOBIKE VIRTUAL	11´15 - 12´10 SALA DE CICLO CARDIOBIKE VIRTUAL	11´15 - 12´10 SALA DE CICLO CARDIOBIKE VIRTUAL	11´15 - 12´10 SALA DE CICLO CARDIOBIKE VIRTUAL
	11´15 - 12´10 SALA DE FITNESS TOTAL BODY CAROL G.	11´15 - 12´10 SALA DE FITNESS PILATES CAROL S.	11´15 - 12´10 SALA DE FITNESS TOTAL BODY CAROL G.	11´15 - 12´10 SALA DE FITNESS PILATES CAROL S.			
12´00	12´10 - 13´00 SALA DE CICLO CARDIOBIKE VIRTUAL	12´10 - 13´00 SALA DE CICLO CARDIOBIKE VIRTUAL	12´10 - 13´00 SALA DE CICLO CARDIOBIKE VIRTUAL	12´10 - 13´00 SALA DE CICLO CARDIOBIKE VIRTUAL	12´10 - 13´00 SALA DE CICLO CARDIOBIKE VIRTUAL	12´10 - 13´00 SALA DE CICLO CARDIOBIKE VIRTUAL	12´10 - 13´00 SALA DE CICLO CARDIOBIKE VIRTUAL
	12´15 - 12´55 SALA DE FITNESS PILATES CAROL S.	12´15 - 12´55 SALA DE FITNESS BALANCE CAROL S.	12´15 - 12´55 SALA DE FITNESS PILATES CAROL S.	12´15 - 12´55 SALA DE FITNESS BALANCE CAROL S.			
13´00	13´00 - 13´55 SALA DE CICLO CARDIOBIKE VIRTUAL	13´00 - 13´55 SALA DE CICLO CARDIOBIKE VIRTUAL	13´00 - 13´55 SALA DE CICLO CARDIOBIKE VIRTUAL	13´00 - 13´55 SALA DE CICLO CARDIOBIKE VIRTUAL	13´00 - 13´55 SALA DE CICLO CARDIOBIKE VIRTUAL		
14´00	14´00 - 14´55 SALA DE CICLO CARDIOBIKE VIRTUAL	14´00 - 14´55 SALA DE CICLO CARDIOBIKE VIRTUAL	14´00 - 14´55 SALA DE CICLO CARDIOBIKE VIRTUAL	14´00 - 14´55 SALA DE CICLO CARDIOBIKE VIRTUAL	14´00 - 14´55 SALA DE CICLO CARDIOBIKE VIRTUAL		
15´00	15´00 - 15´55 SALA DE CICLO CARDIOBIKE VIRTUAL	15´00 - 15´55 SALA DE CICLO CARDIOBIKE VIRTUAL	15´00 - 15´55 SALA DE CICLO CARDIOBIKE VIRTUAL	15´00 - 15´55 SALA DE CICLO CARDIOBIKE VIRTUAL	15´00 - 15´55 SALA DE CICLO CARDIOBIKE VIRTUAL		
16´00	16´00 - 16´55 SALA DE CICLO CARDIOBIKE VIRTUAL	16´00 - 16´55 SALA DE CICLO CARDIOBIKE VIRTUAL	16´00 - 16´55 SALA DE CICLO CARDIOBIKE VIRTUAL	16´00 - 16´55 SALA DE CICLO CARDIOBIKE VIRTUAL	16´00 - 16´55 SALA DE CICLO CARDIOBIKE VIRTUAL		
	16´00 - 16´55 SALA DE FITNESS PILATES PABLO.C	16´00 - 16´55 SALA DE FITNESS BALANCE CAROL G.	16´00 - 16´55 SALA DE FITNESS PILATES PABLO.C	16´00 - 16´55 SALA DE FITNESS BALANCE CAROL G.			
17´00	17´00 - 17´55 SALA DE CICLO CARDIOBIKE VIRTUAL	17´00 - 17´55 SALA DE CICLO CARDIOBIKE VIRTUAL	17´00 - 17´55 SALA DE CICLO CARDIOBIKE VIRTUAL	17´00 - 17´55 SALA DE CICLO CARDIOBIKE VIRTUAL	17´00 - 17´55 SALA DE CICLO CARDIOBIKE VIRTUAL		
	17´00 - 17´55 SALA DE FITNESS PUMP PABLO. C	17´00 - 17´55 SALA DE FITNESS ZUMBA CAROL G.	17´00 - 17´55 SALA DE FITNESS PUMP PABLO. C	17´00 - 17´55 SALA DE FITNESS ZUMBA CAROL G.			
18´00	18´00 - 18´55 SALA DE CICLO CARDIOBIKE DANIEL	18´00 - 18´55 SALA DE CICLO CARDIOBIKE VIRTUAL	18´00 - 18´55 SALA DE CICLO CARDIOBIKE DANIEL	18´00 - 18´55 SALA DE CICLO CARDIOBIKE VIRTUAL	18´00 - 18´55 SALA DE CICLO CARDIOBIKE VIRTUAL	18´00 - 18´55 SALA DE CICLO CARDIOBIKE VIRTUAL	18´00 - 18´55 SALA DE CICLO CARDIOBIKE VIRTUAL
	18´00 - 18´55 SALA DE FITNESS TOTAL BODY PABLO C.	18´00 - 18´55 SALA DE FITNESS YOGA CAROL G.	18´00 - 18´55 SALA DE FITNESS TOTAL BODY PABLO C.	18´00 - 18´55 SALA DE FITNESS YOGA CAROL G.			
	18´00 - 18´55 SALA DE FITNESS BALANCE CAROL S.	18´00 - 18´55 SALA DE FITNESS TOTAL BODY CAROL S.	18´00 - 18´55 SALA DE FITNESS BALANCE CAROL S.	18´00 - 18´55 SALA DE FITNESS TOTAL BODY PABLO A.			
19´00	19´00 - 19´55 SALA DE CICLO CARDIOBIKE DANIEL	19´00 - 19´55 SALA DE CICLO CARDIOBIKE CAROL S.	19´00 - 19´55 SALA DE CICLO CARDIOBIKE DANIEL	19´00 - 19´55 SALA DE CICLO CARDIOBIKE DANIEL	19´00 - 19´55 SALA DE CICLO CARDIOBIKE JESÚS	19´00 - 19´55 SALA DE CICLO CARDIOBIKE VIRTUAL	19´00 - 19´55 SALA DE CICLO CARDIOBIKE VIRTUAL
	19´00 - 19´55 SALA DE FITNESS ETTO.FUNC CAROL S.	19´00 - 19´55 SALA DE FITNESS PUMP PABLO A.	19´00 - 19´55 SALA DE FITNESS ETTO.FUNC CAROL S.	19´00 - 19´55 SALA DE FITNESS PUMP PABLO A.			
	19´00 - 19´55 SALA DE FITNESS ZUMBA PAULA	19´00 - 19´55 SALA DE FITNESS PILATES CAROL G.	19´00 - 19´55 SALA DE FITNESS ZUMBA PAULA	19´00 - 19´55 SALA DE FITNESS PILATES CAROL G.			
20´00	20´00 - 20´55 SALA DE CICLO CARDIOBIKE JESÚS	20´00 - 20´55 SALA DE CICLO CARDIOBIKE JESÚS	20´00 - 20´55 SALA DE CICLO CARDIOBIKE JESÚS	20´00 - 20´55 SALA DE CICLO CARDIOBIKE JESÚS	20´00 - 20´55 SALA DE CICLO CARDIOBIKE VIRTUAL		
	20´00 - 20´55 SALA DE FITNESS PILATES CAROL S.	20´00 - 20´40 SALA DE FITNESS CORE / STRETCH PABLO A.	20´00 - 20´55 SALA DE FITNESS PILATES CAROL S.	20´00 - 20´40 SALA DE FITNESS CORE / STRETCH PABLO A.			
	20´00 - 20´40 SALA DE FITNESS CORE / STRETCH PABLO C.	20´00 - 20´55 SALA DE FITNESS ZUMBA NORMAN	20´00 - 20´40 SALA DE FITNESS CORE / STRETCH PABLO C.	20´00 - 20´55 SALA DE FITNESS ZUMBA NORMAN			
	20´00 - 20´55 MULTIPISTA PREP. FÍSICA PABLO S.		20´00 - 20´55 MULTIPISTA PREP. FÍSICA PABLO S.				
21´00	21´00 - 21´55 SALA DE CICLO CARDIOBIKE VIRTUAL	21´00 - 21´55 SALA DE CICLO CARDIOBIKE VIRTUAL	21´00 - 21´55 SALA DE CICLO CARDIOBIKE VIRTUAL	21´00 - 21´55 SALA DE CICLO CARDIOBIKE VIRTUAL	21´00 - 21´55 SALA DE CICLO CARDIOBIKE VIRTUAL		
22´00	22´00 - 22´55 SALA DE CICLO CARDIOBIKE VIRTUAL	22´00 - 22´55 SALA DE CICLO CARDIOBIKE VIRTUAL	22´00 - 22´55 SALA DE CICLO CARDIOBIKE VIRTUAL	22´00 - 22´55 SALA DE CICLO CARDIOBIKE VIRTUAL	22´00 - 22´55 SALA DE CICLO CARDIOBIKE VIRTUAL		

HORARIO "SALA DE MUSCULACIÓN Y CARDIO"

HORA	LUNES A VIERNES	HORA	SÁBADO	HORA	DOMINGO
07´15 - 08´00	TURNO 1 (*)	09´15 -10´15	TURNO 1	09´15 -10´15	TURNO 1
08´00 - 09´00	TURNO 2	10´15 -11´15	TURNO 2	10´15 -11´15	TURNO 2
09´00 -10´00	TURNO 3	11´15 -12´15	TURNO 3	11´15 -12´15	TURNO 3
10´00 -11´00	TURNO 4	12´15 -13´30	TURNO 4	12´15 -13´30	TURNO 4
11´00 -12´00	TURNO 5				
12´00 -13´00	TURNO 6	16´45 -17´45	TURNO 5 (*)	16´45 -17´45	TURNO 5 (*)
13´00 -14´00	TURNO 7	17´45 -18´45	TURNO 6 (*)	17´45 -18´45	TURNO 6 (*)
14´00 -15´00	TURNO 8	18´45 -19´30	TURNO 7 (*)	18´45 -19´30	TURNO 7 (*)
15´00 -16´00	TURNO 9				
16´00 -17´00	TURNO 10				
17´00 -18´00	TURNO 11				
18´00 -19´00	TURNO 12				
19´00 -20´00	TURNO 13				
20´00 -21´00	TURNO 13				
21´00 -22´00	TURNO 13				
22´00 -23´00	TURNO 14				

- De 14 a 15 años **SI PUEDEN** realizar: Gap, Zumba, Entrenamiento Funcional, Preparación Física, Core, Entrenamiento en Suspensión, Total Body, Pilates, Yoga, Balance, Estiramientos y Sala de cardio
- De 14 a 15 años **SI PUEDEN BAJO SUPERVISIÓN DEL CENTRO** realizar: Sala de musculación, Pump, Cardiobike y Cardiobike Virtual.

(*) Sin monitor

RESERVA TUS CLASES DE UNA MANERA CÓMODA Y SENCILLA A TRAVÉS DE LA APP "Bh Gymloop"

PEDALEANDO JUNTOS CON BESTCYCLING

DISFRUTA NUESTROS PROGRAMAS LES MILLS: BODY PUMP Y BODY BALANCE

CENTRO FITNESS CABANILLAS DEL CAMPO

C/ VALDEMOMA, 4 - 19171 CABANILLAS DEL CAMPO (GUADALAJARA)

TELÉFONO 949 23 78 93

SÍGUENOS EN: *"DEPORTE EN CABANILLAS"* *@deportecabanillas*

BESTCYCLING

LesMills BODYPUMP

LesMills BODYBALANCE

GYMLOOP

AYUNTAMIENTO DE CABANILLAS DEL CAMPO

Concejalía de Deportes CABANILLAS DEL CAMPO