

CUADRANTE HORARIO FITNESS&WELLNESS JULIO 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 - 08'00 SALA DE CICLO CARDIOBIKE VIRTUAL | 07'15 - 08'00 SALA DE CICLO CARDIOBIKE VIRTUAL | 07'15 - 08'00 SALA DE CICLO CARDIOBIKE VIRTUAL | 07'15 - 08'00 SALA DE CICLO CARDIOBIKE VIRTUAL | 07'15 - 08'00 SALA DE CICLO CARDIOBIKE VIRTUAL | | |
| 08'00 | 08'00 - 08'55 SALA DE CICLO CARDIOBIKE VIRTUAL | 08'00 - 08'55 SALA DE CICLO CARDIOBIKE VIRTUAL | 08'00 - 08'55 SALA DE CICLO CARDIOBIKE VIRTUAL | 08'00 - 08'55 SALA DE CICLO CARDIOBIKE VIRTUAL | 08'00 - 08'55 SALA DE CICLO CARDIOBIKE VIRTUAL | 08'00 - 08'55 SALA DE CICLO CARDIOBIKE VIRTUAL | 08'00 - 08'55 SALA DE CICLO CARDIOBIKE VIRTUAL |
| | | | | | 08'45 - 09'00 SALA DE FITNESS STRETCH CAROL S. | | |
| 9'00 | 09'00 - 09'55 SALA DE CICLO CARDIOBIKE VIRTUAL | 09'00 - 09'55 SALA DE CICLO CARDIOBIKE VIRTUAL | 09'00 - 09'55 SALA DE CICLO CARDIOBIKE VIRTUAL | 09'00 - 09'55 SALA DE CICLO CARDIOBIKE VIRTUAL | 09'00 - 09'55 SALA DE CICLO CARDIOBIKE VIRTUAL | 09'00 - 09'55 SALA DE CICLO CARDIOBIKE VIRTUAL | 09'00 - 09'55 SALA DE CICLO CARDIOBIKE VIRTUAL |
| | 09'00 - 09'55 SALA DE FITNESS YOGA CAROL G. | 09'00 - 09'55 SALA DE FITNESS PUMP PABLO C. | 09'00 - 09'55 SALA DE FITNESS YOGA CAROL G. | 09'00 - 09'55 SALA DE FITNESS PUMP PABLO C. | 09'00 - 09'55 SALA DE FITNESS PILATES CAROL S. | | |
| 10'00 | 10'00 - 10'55 SALA DE CICLO CARDIOBIKE CAROL S. | 10'00 - 10'55 SALA DE CICLO CARDIOBIKE CAROL S. | 10'00 - 10'55 SALA DE CICLO CARDIOBIKE CAROL S. | 10'00 - 10'55 SALA DE CICLO CARDIOBIKE CAROL S. | 10'00 - 10'55 SALA DE CICLO CARDIOBIKE PABLO C. | | 10'00 - 10'55 SALA DE CICLO CARDIOBIKE VIRTUAL |
| | 10'00 - 10'55 SALA DE FITNESS ZUMBA ADA | 10'00 - 10'55 SALA DE FITNESS GAP CAROL S. | 10'00 - 10'55 SALA DE FITNESS ZUMBA ADA | 10'00 - 10'55 SALA DE FITNESS GAP CAROL S. | 10'00 - 10'55 SALA DE FITNESS ZUMBA ADA | | 10'00 - 10'55 SALA DE CICLO CARDIOBIKE VIRTUAL |
| 11'00 | 11'00 - 11'55 SALA DE CICLO CARDIOBIKE VIRTUAL | 11'00 - 11'55 SALA DE CICLO CARDIOBIKE VIRTUAL | 11'00 - 11'55 SALA DE CICLO CARDIOBIKE VIRTUAL | 11'00 - 11'55 SALA DE CICLO CARDIOBIKE VIRTUAL | 11'00 - 11'55 SALA DE CICLO CARDIOBIKE VIRTUAL | 11'00 - 11'55 SALA DE CICLO CARDIOBIKE VIRTUAL | 11'00 - 11'55 SALA DE CICLO CARDIOBIKE VIRTUAL |
| | 11'00 - 11'55 SALA DE FITNESS TOTAL BODY PABLO C. | 11'00 - 11'55 SALA DE FITNESS PILATES CAROL S. | 11'00 - 11'55 SALA DE FITNESS TOTAL BODY PABLO C. | 11'00 - 11'55 SALA DE FITNESS PILATES CAROL S. | | | |
| 12'00 | 12'00 - 12'55 SALA DE CICLO CARDIOBIKE VIRTUAL | 12'00 - 12'55 SALA DE CICLO CARDIOBIKE VIRTUAL | 12'00 - 12'55 SALA DE CICLO CARDIOBIKE VIRTUAL | 12'00 - 12'55 SALA DE CICLO CARDIOBIKE VIRTUAL | 12'00 - 12'55 SALA DE CICLO CARDIOBIKE VIRTUAL | 12'00 - 12'55 SALA DE CICLO CARDIOBIKE VIRTUAL | 12'00 - 12'55 SALA DE CICLO CARDIOBIKE VIRTUAL |
| 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 | 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 | 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 | 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 CICLO CARDIOBIKE VIRTUAL | 16'00 - 16'55 SALA DE CICLO CARDIOBIKE VIRTUAL |
| 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 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 KIKO | 18'00 - 18'55 SALA DE CICLO CARDIOBIKE VIRTUAL | 18'00 - 18'55 SALA DE CICLO CARDIOBIKE KIKO | 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 JESÚS | 19'00 - 19'55 SALA DE CICLO CARDIOBIKE CAROL S. | 19'00 - 19'55 SALA DE CICLO CARDIOBIKE KIKO | 19'00 - 19'55 SALA DE CICLO CARDIOBIKE KIKO | 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 VIRTUAL | 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 CICLO CARDIOBIKE VIRTUAL | 20'00 - 20'55 SALA DE CICLO CARDIOBIKE VIRTUAL |
| | 20'00 - 20'40 SALA DE FITNESS CORE / STRETCH PABLO C. | 20'00 - 20'40 SALA DE FITNESS CORE / STRETCH PABLO A. | 20'00 - 20'40 SALA DE FITNESS CORE / STRETCH PABLO C. | 20'00 - 20'40 SALA DE FITNESS CORE / STRETCH PABLO A. | | | |
| | 20'00 - 20'55 SALA DE FITNESS PILATES CAROL S. | 20'00 - 20'55 SALA DE FITNESS ZUMBA NORMAN | 20'00 - 20'55 SALA DE FITNESS PILATES CAROL S. | 20'00 - 20'55 SALA DE FITNESS ZUMBA NORMAN | | | |
| 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 | 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 (*) | | | | |
| 08'00 - 09'00 | TURNO 2 | 08'00 - 09'00 | TURNO 1 (*) | 08'00 - 09'00 | TURNO 1 (*) |
| 09'00 - 10'00 | TURNO 3 | 09'00 - 10'00 | TURNO 2 | 09'00 - 10'00 | TURNO 2 |
| 10'00 - 11'00 | TURNO 4 | 10'00 - 11'00 | TURNO 3 | 10'00 - 11'00 | TURNO 3 |
| 11'00 - 12'00 | TURNO 5 | 11'00 - 12'00 | TURNO 4 | 11'00 - 12'00 | TURNO 4 |
| 12'00 - 13'00 | TURNO 6 | 12'00 - 13'00 | TURNO 5 | 12'00 - 13'00 | TURNO 5 |
| 13'00 - 14'00 | TURNO 7 | 13'00 - 14'00 | TURNO 6 (*) | 13'00 - 14'00 | TURNO 6 (*) |
| 14'00 - 15'00 | TURNO 8 | 14'00 - 15'00 | TURNO 7 (*) | 14'00 - 15'00 | TURNO 7 (*) |
| 15'00 - 16'00 | TURNO 9 | 15'00 - 16'00 | TURNO 8 (*) | 15'00 - 16'00 | TURNO 8 (*) |
| 16'00 - 17'00 | TURNO 10 | 16'00 - 17'00 | TURNO 9 (*) | 16'00 - 17'00 | TURNO 9 (*) |
| 17'00 - 18'00 | TURNO 11 | 17'00 - 18'00 | TURNO 10 (*) | 17'00 - 18'00 | TURNO 10 (*) |
| 18'00 - 19'00 | TURNO 12 | 18'00 - 19'00 | TURNO 11 (*) | 18'00 - 19'00 | TURNO 11 (*) |
| 19'00 - 20'00 | TURNO 13 | 19'00 - 20'00 | TURNO 12 (*) | 19'00 - 20'00 | TURNO 12 (*) |
| 20'00 - 21'00 | TURNO 14 | 20'00 - 21'00 | TURNO 13 (*) | 20'00 - 21'00 | TURNO 13 (*) |
| 21'00 - 22'00 | TURNO 15 | 21'00 - 22'00 | TURNO 14 (*) | 21'00 - 22'00 | TURNO 14 (*) |
| 22'00 - 23'00 | TURNO 16 | | | | (*) Sin Monitor |

- De 14 a 15 años SI PUEDEN realizar: Gap, Zumba, Entrenamiento Funcional, Preparación Física, Core, Entrenamiento en Suspensión, Total Body, Pilates, Yoga, Balance, Estiramientos v Sala de cardio

- De 14 a 15 años SI PUEDEN BAJO SUPERVISIÓN DEL CENTRO realizar: Sala de musculación, Pump, Cardiobike v Cardiobike Virtual.

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

LES MILLS
BODYPUMP

LES MILLS
BODYBALANCE

GYMLOOP



AYUNTAMIENTO DE
CABANILLAS DEL CAMPO



Concejalía de Deportes
CABANILLAS DEL CAMPO