

FITNESS&WELLNESS DESDE ABRIL DE 2026

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
	09'15 - 10'10 SALA DE FITNESS YOGA CAROL G.	09'15 - 10'10 SALA DE FITNESS PUMP CAROL G.	09'15 - 10'10 SALA DE FITNESS YOGA CAROL G.	09'15 - 10'10 SALA DE FITNESS PUMP CAROL G.	09'00 - 09'15 SALA DE FITNESS STRETCH CAROL S.	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 PABLO C.	10'15 - 11'10 SALA DE CICLO CARDIOBIKE CAROL S.	10'15 - 11'10 SALA DE CICLO CARDIOBIKE PABLO C.	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 DANCE CAROL G.	10'15 - 11'10 SALA DE FITNESS GAP CAROL S.	10'15 - 11'10 SALA DE FITNESS DANCE CAROL G.	10'15 - 11'10 SALA DE FITNESS GAP CAROL S.	10'15 - 11'10 SALA DE FITNESS DANCE 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 CORE / STRETCH CAROL S.	12'15 - 12'55 SALA DE FITNESS PILATES CAROL S.	12'15 - 12'55 SALA DE FITNESS CORE / STRETCH 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	16'15 - 16'55 SALA DE CICLO CARDIOBIKE VIRTUAL	16'15 - 16'55 SALA DE CICLO CARDIOBIKE VIRTUAL
	16'00 - 16'55 SALA DE FITNESS PILATES PABLO C.	16'00 - 16'55 SALA DE FITNESS PILATES CAROL G.	16'00 - 16'55 SALA DE FITNESS PILATES PABLO C.	16'00 - 16'55 SALA DE FITNESS PILATES 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 JESÚS	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 PUMP GIOVANNI	17'00 - 17'55 SALA DE FITNESS PUMP PABLO C.	17'00 - 17'55 SALA DE FITNESS PUMP GIOVANNI			
17'00	17'00 - 17'55 SALA DE FITNESS GAP CAROL S.	17'00 - 17'55 SALA DE FITNESS DANCE CAROL G.	17'00 - 17'55 SALA DE FITNESS GAP CAROL S.	17'00 - 17'55 SALA DE FITNESS DANCE CAROL G.			
	18'00 - 18'55 SALA DE CICLO CARDIOBIKE GIOVANNI	18'00 - 18'55 SALA DE CICLO CARDIOBIKE PABLO F.	18'00 - 18'55 SALA DE CICLO CARDIOBIKE GIOVANNI	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	18'00 - 18'55 SALA DE FITNESS TOTAL BODY PABLO C.	18'00 - 18'55 SALA DE FITNESS YOGA GIOVANNI	18'00 - 18'55 SALA DE FITNESS TOTAL BODY PABLO C.	18'00 - 18'55 SALA DE FITNESS YOGA GIOVANNI			
	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 F.			
19'00	19'00 - 19'55 SALA DE CICLO CARDIOBIKE GIOVANNI	19'00 - 19'55 SALA DE CICLO CARDIOBIKE CAROL S.	19'00 - 19'55 SALA DE CICLO CARDIOBIKE GIOVANNI	19'00 - 19'55 SALA DE CICLO CARDIOBIKE VIRTUAL	19'00 - 19'55 SALA DE CICLO CARDIOBIKE JESÚS		
	19'00 - 19'55 SALA DE FITNESS ETTO.FUNC CAROL S.	19'00 - 19'55 SALA DE FITNESS PUMP PABLO F.	19'00 - 19'55 SALA DE FITNESS ETTO.FUNC CAROL S.	19'00 - 19'55 SALA DE FITNESS PUMP PABLO F.			
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 VIRTUAL	20'00 - 20'55 SALA DE CICLO CARDIOBIKE GIOVANNI	20'00 - 20'55 SALA DE CICLO CARDIOBIKE VIRTUAL		
	20'00 - 20'55 SALA DE FITNESS PILATES CAROL S.	20'00 - 20'55 SALA DE FITNESS DANCE NORMAN	20'00 - 20'55 SALA DE FITNESS PILATES CAROL S.	20'00 - 20'55 SALA DE FITNESS DANCE NORMAN			
20'00	20'00 - 20'40 SALA DE FITNESS CORE / STRETCH PABLO C.	20'00 - 20'40 SALA DE FITNESS CORE / STRETCH PABLO F.	20'00 - 20'40 SALA DE FITNESS CORE / STRETCH PABLO C.	20'00 - 20'40 SALA DE FITNESS CORE / STRETCH PABLO F.			
	20'00 - 20'55 MULTIPISTA PREP. FÍSICA PABLO S.		20'00 - 20'55 MULTIPISTA PREP. FÍSICA PABLO S.				
20'00	20'45 - 21'40 SALA DE FITNESS DANCE CLARA		20'45 - 21'40 SALA DE FITNESS DANCE CLARA				
	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	17'15 - 18'00	TURNO 5	17'15 - 18'00	TURNO 5
13'00 - 14'00	TURNO 7	18'00 - 19'00	TURNO 6	18'00 - 19'00	TURNO 6
14'00 - 15'00	TURNO 8	19'00 - 20'00	TURNO 7	19'00 - 20'00	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 (*)				

*Turno 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 y Sala de cardio
- De 14 a 15 años SI PUEDEN BAJO SUPERVISIÓN DEL CENTRO realizar: Sala de musculación, Pump, Cardiobike y 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