

FITNESS&WELLNESS JULIO 2026

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

HORA	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
7'00	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		
8'00	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 CAROL G.	09'00 - 09'55 SALA DE FITNESS YOGA CAROL G.	09'00 - 09'55 SALA DE FITNESS PUMP CAROL G.	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 PABLO C.	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 PABLO C.	10'00 - 10'55 SALA DE CICLO CARDIOBIKE VIRTUAL	10'00 - 10'55 SALA DE CICLO CARDIOBIKE VIRTUAL
	10'00 - 10'55 SALA DE FITNESS DANCE CAROL G.	10'00 - 10'55 SALA DE FITNESS GAP CAROL S.	10'00 - 10'55 SALA DE FITNESS DANCE CAROL G.	10'00 - 10'55 SALA DE FITNESS GAP CAROL S.	10'00 - 10'55 SALA DE FITNESS DANCE CAROL G.		
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 PUMP PABLO F.	17'00 - 17'55 SALA DE FITNESS PUMP PABLO C.	17'00 - 17'55 SALA DE FITNESS PUMP PABLO F.			
	17'00 - 17'55 SALA DE FITNESS GAP CAROL S.	17'00 - 17'55 SALA DE FITNESS DANCE VERÓNICA	17'00 - 17'55 SALA DE FITNESS GAP CAROL S.	17'00 - 17'55 SALA DE FITNESS DANCE VERÓNICA			
18'00	18'00 - 18'55 SALA DE CICLO CARDIOBIKE VERÓNICA	18'00 - 18'55 SALA DE CICLO CARDIOBIKE PABLO F.	18'00 - 18'55 SALA DE CICLO CARDIOBIKE VERÓNICA	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 VERÓNICA	18'00 - 18'55 SALA DE FITNESS TOTAL BODY PABLO C.	18'00 - 18'55 SALA DE FITNESS YOGA VERÓNICA			
	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 VERÓNICA	19'00 - 19'55 SALA DE CICLO CARDIOBIKE CAROL S.	19'00 - 19'55 SALA DE CICLO CARDIOBIKE VERÓNICA	19'00 - 19'55 SALA DE CICLO CARDIOBIKE VIRTUAL	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 F.	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 DANCE CLARA	19'00 - 19'55 SALA DE FITNESS PILATES VERÓNICA	19'00 - 19'55 SALA DE FITNESS DANCE CLARA	19'00 - 19'55 SALA DE FITNESS PILATES VERÓNICA			
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 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 - 20'55 SALA DE FITNESS PILATES CAROL S.	20'00 - 20'55 SALA DE FITNESS DANCE CLARA	20'00 - 20'55 SALA DE FITNESS PILATES CAROL S.	20'00 - 20'55 SALA DE FITNESS DANCE CLARA			
	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.			
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	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 (*)				

*Turno sin monitor

- De 14 a 15 años SI PUEDEN realizar: Gad, 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.

Centro Fitness Municipal
Calle Valdemoma 4 - 19171 - Cabanillas del Campo. Tfno. 949237893
Síguenos en Facebook: @DeporteCabanillas

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

