

# HORARIO DE ACTIVIDADES COLECTIVAS

## HORARIO DEL 1 AL 15 DE AGOSTO

HORARIO	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO	HORARIO
8:00 - 9:00		FITNESS		SPINN				8:00 - 9:00
9:00 - 10:00	SPINN		FITNESS		PILATES			9:00 - 10:00
10:30 - 11:30	STRENGTH	AQUA	SPINN	AQUA	H & C			10:30 - 11:30
11:30 - 12:30	PILATES		PILATES					11:30 - 12:30
11:30 - 12:30				LATINO				11:30 - 12:30
12:00 - 13:00						SPINN	SPINN	12:00 - 13:00
13:00 - 14:00						ABD/ST	ABD	13:00 - 14:00
13:00 - 13:30								13:00 - 13:30
14:30 - 15:30	STRENGTH	SPINN	FITNESS	SPINN	WELLNESS			14:30 - 15:30
15:30 - 16:00								15:30 - 16:00
18:30 - 19:30								18:30 - 19:30
19:00 - 20:00	STRENGTH	FITNESS	SPINN	STRENGTH	H & C			19:00 - 20:00
20:00 - 21:00	AQUA			AQUA				20:00 - 21:00
20:00 - 21:00	BATUKA	SPINN	STRENGTH	PILATES	SPINN			20:00 - 21:00
21:00 - 22:00	PILATES	LATINO	PILATES	AERODANCE				21:00 - 22:00

## HORARIO DEL 16 AL 31 DE AGOSTO

HORARIO	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO	HORARIO
8:00 - 9:00		FITNESS		SPINN				8:00 - 9:00
9:00 - 10:00	SPINN		FITNESS		PILATES			9:00 - 10:00
10:30 - 11:30	STRENGTH	AQUA	SPINN	AQUA	H & C			10:30 - 11:30
11:30 - 12:30	PILATES		PILATES					11:30 - 12:30
11:30 - 12:30								11:30 - 12:30
12:00 - 13:00						SPINN	SPINN	12:00 - 13:00
13:00 - 14:00						ABD/ST	ABD	13:00 - 14:00
13:00 - 13:30								13:00 - 13:30
14:30 - 15:30	STRENGTH	SPINN	FITNESS	SPINN	WELLNESS			14:30 - 15:30
15:30 - 16:00								15:30 - 16:00
18:30 - 19:30								18:30 - 19:30
19:00 - 20:00	STRENGTH	FITNESS	SPINN	STRENGTH	H & C			19:00 - 20:00
20:00 - 21:00	AQUA			AQUA				20:00 - 21:00
20:00 - 21:00	PILATES	SPINN	STRENGTH	PILATES	SPINN			20:00 - 21:00
21:00 - 22:00			PILATES					21:00 - 22:00



CARDIO

STRENGTH

ZEN

FORMATO DE CLASE

NIVEL DE INTENSIDAD

BAJO

MEDIO

ALTO



