

# HORARIO CLASES COLECTIVAS



## HORARIO - BONO CLASES COLECTIVAS y GIMNASIO

INTENSIDAD BAJA ■ INTENSIDAD MEDIA ■ INTENSIDAD ALTA ■

### LUNES

### MARTES

### MIÉRCOLES

### JUEVES

### VIERNES

### SÁBADO

### DOMINGO

Hora	SALA A	Profesor	Hora	SALA A	Profesor	Hora	SALA A	Profesor	Hora	SALA A	Profesor	Hora	SALA A	Profesor	Hora	SALA A	Profesor
9,15	CIRCUIT TRAINING (45min)	Andrea	9,15	HIIT (45min)	Andrea	9,15	GAP (45min)	Andrea	9,15	TOTAL TRAINING (45min)	Andrea	9,15	FUNCIONAL (45min)	Andrea	11,15	CICLO (45min)	Dani
10,00	PILATES (45min)	Andrea	10,00	ZUMBA (45min)	Andrea	10,00	PILATES (45min)	Andrea	10,00	ZUMBA (45min)	Andrea	10,00	PILATES (45min)	Andrea	12,15	TOTAL TRAINING (45min)	Dani
10,45	ZUMBA (45min)	Andrea	10,45	CARDIO TONIC (45min)	Andrea	10,45	FUNCIONAL (45min)	Andrea	10,45	HIIT (45min)	Andrea	10,45	CIRCUIT TRAINING (45min)	Andrea	13,00	PILATES (45min)	Dani
11,30	CORE (45min)	Andrea	11,30	PILATES (45min)	Andrea				11,30	PILATES (45min)	Andrea						
18,00	PILATES (45min)	Rolando	18,00	FUNCIONAL (45min)	Rolando	18,00	TOTAL TRAINING (45min)	Rolando	18,00	TOTAL TRAINING (45min)	Rolando	18,15	ZUMBA (45min)	Patricia	11,15	CICLO (45min)	Dani
18,45	CORE Express (20mins)	Alberto	18,45	ESTIRAMIENTOS (20 MINS)	Alex	18,45	CORE Express (20mins)	Alberto	18,45	ESTIRAMIENTOS (20 MINS)	Alex	19,15	PILATES(45min)	Diego	12,15	PILATES (45min)	Dani
19,15	GAP (45min)	Pablo	19,15	CORE (45min)	Pablo	19,15	PILATES (45min)	Pablo	19,15	CORE (45min)	Pablo				13,00	CIRCUIT TRAINING (45min)	Dani
20,00	CIRCUIT TRAINING (45min)	Pablo	20,00	PILATES (45min)	Pablo	20,00	CARDIO TONIC (45min)	Pablo	20,00	FUNCIONAL (45min)	Pablo						
Hora	SALA B	Profesor	Hora	SALA B	Profesor	Hora	SALA B	Profesor	Hora	SALA B	Profesor	Hora	SALA B	Profesor			
17,15	CORE (45min)	Alex				17,15	TOTAL TRAINING (45min)	Alex									
18,00	TOTAL TRAINING (45min)	Alex	18,15	GAP (45min)	Alberto	18,00	CORE (45min)	Alex	18,15	GAP (45min)	Alberto						
19,15	ZUMBA (45min)	Guille	19,15	ZUMBA (45min)	Guille	19,15	ZUMBA (45min)	Guille	19,15	ZUMBA (45min)	Guille						
20,00	CARDIO TONIC (45min)	Guille	20,00	HIIT (45min)	Guille	20,00	GAP (45min)	Guille	20,00	PILATES (45min)	Guille						
21,00	YOGA (45min)	Alicia	21,00	YOGA (45min)	Alicia	21,00	YOGA (45min)	Alicia	21,00	YOGA (45min)	Alicia						
Hora	SALA DE CICLO	Profesor	Hora	SALA DE CICLO	Profesor	Hora	SALA DE CICLO	Profesor	Hora	SALA DE CICLO	Profesor	Hora	SALA DE CICLO	Profesor			
9:15	CICLO (45min)	César				9:15	CICLO (45min)	César				9:15	CICLO (45min)	César			
			17:15	CICLO (45min)	Alex				17:15	CICLO (45min)	Alex						
19:00	CICLO (45min)	Alex				19:00	CICLO (45min)	Alex									
			19:15	CICLO (45min)	Alberto				19:15	CICLO (45min)	Alberto	19:15	CICLO (45 min)	Dani			
20:15	CICLO (45min)	Alberto	20:15	CICLO (45min)	Brandon	20:15	CICLO (45min)	Alberto	20:15	CICLO (45min)	Brandon						