

COLECTIVAS MD40

HORA	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
AULA	H3	H3	H3	H3	H3
9:30	GAP	FULLBODY19	ATTACK	GAP	FUNCIONAL
10:00	ZUMBA	CORE	TRCROX	STEP	
10:30					
11:00	STREACHING		STREACHING	TOTAL UP	
17:30	CORE	STEP	FULLBODY19	CORE	
18:00	FUNCIONAL	CORE	CORE	ATTACK	
18:30	GAP	STREACHING	ZUMBA	GLUTEX	
19:00		TOTAL UP		TRCROX	
19:30	TRCROX	GAP	GLUTEX	GAP	
20:00		PILATES	STREACHING		
20:30					

fitness19



CICLO VIRTUAL - DE LUNES A VIERNES: DE 6:30 A 21:30 / SÁBADOS: DE 10:00 A 18:30

LAS CLASES DE CICLO VIRTUAL SON DE 1 HORA DE DURACIÓN.

Para impartir nuestras clases colectivas necesitaremos un mínimo de 3 personas

MUSCLE RESISTANCE

HARD TRAINING

STRENGTH

DANCE & FUN

BODY & MIND