

НОЯДІО СЕРПІЄМБЯЄ

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