

CLASES COLECTIVAS

HORA	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
AULA	H3	H3	H3	H3	H3
9:30	GAP	FULLBODY19	TOTAL UP	ZUMBA	FUNCIONAL
10:00	ZUMBA		STEP	FLYING	
10:30	STREACHING	CORE	GAP	CUERPO&MENTE	
11:00		STREACHING			
17:30	CORE	STEP	TOTAL UP	FUNCIONAL	
18:00	FULLBODY19	CARDIOBOX	HIIT	CORE	
18:30		GLUTEX	CORE	ZUMBA	
19:00	GAP	TOTAL UP	FULLBODY19		
19:30	FLYING	CORE		GLUTEX	
20:00	FUNCIONAL	GAP	FLYING	STREACHING	
20:30		STREACHING	GLUTEX		

fitness19



CICLO VIRTUAL - DE LUNES A VIERNES COMIENZO 6:00 / SÁBADOS, DOMINGOS Y FESTIVOS COMIENZO A LAS 10:00
 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