

HORARIO	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
08.15		CardioGAP					
09.30	Control Postural	Hipopresivos S3	TonoELASTIC S3			Ciclo Indoor	
	Ciclo Indoor Pilates S1	Pump S1 Espalda Sana S5	Ciclo Indoor Pilates S1	TRX H.I.I.T S3 Espalda Sana S5	Ciclo Indoor Stretching S1		
10.30	TRX Circuit S3	Baile Activo S1	Control Postural	Ciclo Indoor	TRX CORE S3		10.00 Crossgym S1
		Pilates Sénior S1	TonoGAP S1	Pilates Sénior S1	Baile Activo S1		11.00 Ciclo Indoor
		Ciclo Indoor					
14.15	Ciclo Indoor	TRX S3	Ciclo Indoor	TRX S3	Ciclo Indoor		
17.30 [30 min]	Sport Kids* [4/10 años]	Express 30 S1	Sport Kids* [4/10 años]	Express 30 S1			
18.30	Gim. Suave S1	Pump S1	Gim. Suave S1	G.A.P S1			
19.30	TRX S3	Crossgym S1	TRX S3	Pump S1			
	Pilates S1	Ciclo Indoor	Pilates S1	Ciclo Indoor	Ciclo Indoor		
		Pilates S5		Pilates S5			
20.30	Core 30' S1	TRX S3	Pump 30' S1	TRX S3			
	Ciclo Indoor	Baile Activo S1					
	Hipopresivos INICIACIÓN S5	Hipopresivos AVANZADO S5	Pilates S5	Stretching S5			

(\*) La actividad de Sport Kids tendrá una duración de 50 minutos.