

HORARIO	LUNES			MARTES			MIÉRCOLES			JUEVES			VIERNES			SÁBADO	
	SALA COLECTIVA	SALA CICLO	ZONA FUNCIONAL	SALA COLECTIVA	SALA CICLO	ZONA FUNCIONAL	SALA COLECTIVA	SALA CICLO	ZONA FUNCIONAL	SALA COLECTIVA	SALA CICLO	ZONA FUNCIONAL	SALA COLECTIVA	SALA CICLO	ZONA FUNCIONAL	SALA CICLO	ZONA FUNCIONAL
7:00 – 7:30																	
7:30 – 8:00		CICLO VIRTUAL						CICLO VIRTUAL						CICLO VIRTUAL			
8:00 – 8:30		7:30			CICLO VIRTUAL			7:30			CICLO VIRTUAL			7:30			
8:30 – 9:00					8:00						8:00						
9:00 – 9:30				MISTRAL PUMP						MISTRAL PUMP							
9:30 – 10:00		CICLO		9:00		TOTAL CORE		CICLO		9:00		TOTAL CORE		CICLO			
9:30 – 10:00		9:30				9:30		9:30				9:30		9:30			
10:00 – 10:30				BAILE ACTIVO	CICLO					BAILE ACTIVO	CICLO			ZUMBA			CROSS
10:00 – 10:30				10:00	10:00					10:00	10:00			10:00			10:00
10:30 – 11:00	PILATES							PILATES									CICLO VIRTUAL
10:30 – 11:00	10:30			C. POSTURAL				10:30									10:30
11:00 – 11:30				11:00						11:00				PILATES			
11:00 – 11:30	MISTRAL PUMP							MISTRAL PUMP						11:00			TOTAL CORE
11:30 – 12:00	11:30							11:30									11:30
12:00 – 12:30		CICLO VIRTUAL			CICLO VIRTUAL			CICLO VIRTUAL			CICLO VIRTUAL			CICLO VIRTUAL			
12:00 – 12:30		12:00			12:00			12:00			12:00			12:00			CICLO VIRTUAL
12:30 – 13:00			TOTAL CORE						TOTAL CORE								
12:30 – 13:00			13:00						13:00								12:30
13:00 – 13:30																	
13:30 – 14:00																	
14:00 – 14:30		CICLO VIRTUAL	CROSS		CICLO VIRTUAL	HIPOPRESIVOS		CICLO VIRTUAL	CROSS		CICLO VIRTUAL	HIPOPRESIVOS		CICLO VIRTUAL			
14:00 – 14:30		14:00	14:00		14:00	14:00		14:00	14:00		14:00	14:00		14:00			
14:30 – 15:00																	
17:00 – 17:30	PILATES	CICLO VIRTUAL	CROSS		CICLO VIRTUAL	CROSS		PILATES	CICLO VIRTUAL	CROSS			CICLO VIRTUAL	CROSS		CICLO VIRTUAL	
17:00 – 17:30	17:00	17:00	17:00		17:00	17:00		17:00	17:00	17:00			17:00	17:00		17:00	
17:30 – 18:00																	
18:00 – 18:30	MISTRAL PUMP			BAILE ACTIVO				MISTRAL PUMP			BAILE ACTIVO			MISTRAL PUMP			
18:00 – 18:30	18:00			18:00				18:00			18:00			18:00			
18:30 – 19:00																	
19:00 – 19:30	MISTRAL COMBAT	CICLO		PILATES	CICLO			MISTRAL COMBAT	CICLO		PILATES	CICLO			CICLO		
19:00 – 19:30	19:00	19:00		19:00	19:00			19:00	19:00		19:00	19:00			19:00		
19:30 – 20:00																	
20:00 – 20:30				MISTRAL PUMP		CROSS		ZUMBA			MISTRAL PUMP		CROSS			TOTAL CORE	
20:00 – 20:30	ZUMBA			20:00		20:00		20:00			20:00		20:00			20:00	
20:30 – 21:00																	
21:00 – 21:30		CICLO VIRTUAL	CROSS	TOTAL CORE	CICLO VIRTUAL				CICLO VIRTUAL	CROSS	TOTAL CORE	CICLO VIRTUAL			CICLO VIRTUAL		
21:00 – 21:30		21:00	21:00	21:00	21:00				21:00	21:00				21:00			
21:30 – 22:00																	
22:00 – 22:30																	

DURACIÓN DE LAS CLASES:

Colectivas: 50 minutos.

Cross: 45 minutos.

Core: 30 minutos.