

ACTIVIDADES COLECTIVAS

MISTRAL PARQUE COÍMBRA

– Enero 2026 –

HORARIO ACTIVIDADES	LUNES				MARTES				MIÉRCOLES				JUEVES				VIERNES				SÁBADO			
	SALA COLECTIVA	SALA CICLO	ZONA FUNCIONAL	AGUA	SALA COLECTIVA	SALA CICLO	ZONA FUNCIONAL	AGUA	SALA COLECTIVA	SALA CICLO	ZONA FUNCIONAL	AGUA	SALA COLECTIVA	SALA CICLO	ZONA FUNCIONAL	AGUA	SALA COLECTIVA	SALA CICLO	ZONA FUNCIONAL	AGUA	SALA COLECTIVA	SALA CICLO	ZONA FUNCIONAL	AGUA
7:00 - 7:30																								
7:30 - 8:00		CICLO VIRTUAL 7:30-8:15								CICLO VIRTUAL 7:30-8:15								CICLO VIRTUAL 7:30-8:15						
8:00 - 8:30						CICLO VIRTUAL 8:00-8:45								CICLO VIRTUAL 8:00-8:45										
8:30 - 9:00							CROSS 9:00-9:45								CROSS 9:00-9:45								CROSS 9:00-9:45	
9:00 - 9:30																								
9:30 - 10:00	MISTRAL PUMP 9:30-10:20		CROSS 9:30-10:15	AQUAGYM 9:45-10:35	MISTRAL PUMP 9:30-10:20			AQUAGYM 9:45-10:35	MISTRAL PUMP 9:30-10:20		CROSS 9:30-10:15	AQUAGYM 9:45-10:35	MISTRAL PUMP 9:30-10:20			AQUAGYM 9:45-10:35	MISTRAL PUMP 9:30-10:20	CICLO VIRTUAL 9:30-10:20		AQUAGYM 9:45-10:35	MISTRAL PUMP 10:00-10:50			
10:00 - 10:30																								
10:30 - 11:00	PILATES 10:30-11:20	CICLO 10:30-11:20		AQUA RUNNING 10:40-11:30	ZUMBA 10:30-11:20	CICLO 10:30-11:20		AQUAGYM 10:40-11:30	MISTRAL COMBAT 10:30-11:20	CICLO VIRTUAL 10:30-11:20		AQUA RUNNING 10:40-11:30	ZUMBA 10:30-11:20			AQUAGYM 10:40-11:30	MISTRAL BALANCE 10:30-11:20			AQUA RUNNING 10:40-11:30	CICLO 11:00-11:50			
11:00 - 11:30																								
11:30 - 12:00					C. POSTURAL 11:30-12:10				PILATES 11:30-12:20				C. POSTURAL 11:30-12:10											
12:00 - 12:30		CICLO VIRTUAL 12:00-12:50			PILATES 12:10-13:00	CICLO VIRTUAL 12:00-12:50				CICLO VIRTUAL 12:00-12:50			PILATES 12:10-13:00	CICLO VIRTUAL 12:00-12:50				CICLO VIRTUAL 12:00-12:50					AQUA PILATES 12:00-12:50	
12:30 - 13:00																						CICLO VIRTUAL 12:30-13:20		
13:00 - 13:30											CROSS 13:00-13:30								CROSS 13:00-13:30					
13:30 - 14:00																								
14:00 - 14:30		CICLO VIRTUAL 14:00-14:50				CICLO VIRTUAL 14:00-14:50				CICLO VIRTUAL 14:00-14:50				CICLO VIRTUAL 14:00-14:50				CICLO VIRTUAL 14:00-14:50						
14:30 - 15:00																								
17:00 - 17:30	PILATES 17:00-17:50	CICLO VIRTUAL 17:00-17:50	CROSS 17:00-17:45		PILATES 17:00-17:50	CICLO VIRTUAL 17:00-17:50			PILATES 17:00-17:50	CICLO VIRTUAL 17:00-17:50			PILATES 17:00-17:50	CICLO VIRTUAL 17:00-17:50				CICLO VIRTUAL 17:00-17:50				CICLO VIRTUAL 17:00-17:50		
17:30 - 18:00																								
18:00 - 18:30	MISTRAL PUMP 18:00-18:50		CROSS 18:00-18:45		MISTRAL BALANCE 18:00-18:50		TOTAL CORE 18:00-18:30		MISTRAL PUMP 18:00-18:50		CROSS 18:00-18:45		MISTRAL BALANCE 18:00-18:50		TOTAL CORE 18:00-18:30		MISTRAL PUMP 18:00-18:50		CROSS 18:00-18:45					
18:30 - 19:00							CROSS 18:00-18:45								CROSS 18:00-18:45									
19:00 - 19:30	MISTRAL COMBAT 19:00-19:50	CICLO 19:00-19:50	M. POWER 18:45-19:15	AQUAGYM 19:00-19:50	MISTRAL COMBAT 19:00-19:50	CICLO 19:00-19:50			MISTRAL COMBAT 19:00-19:50	CICLO 19:00-19:50	TRX CORE 18:45-19:15 MISTRAL KX 19:15-20:00	AQUAGYM 19:00-19:50	MISTRAL COMBAT 19:00-19:50	CICLO 19:00-19:50			MISTRAL COMBAT 19:00-19:50	CICLO VIRTUAL 19:00-19:50		AQUAGYM 19:00-19:50				
19:30 - 20:00								AQUAGYM 19:25-20:15								AQUAGYM 19:25-20:15								
20:00 - 20:30	ZUMBA 20:00-20:50			AQUAGYM 20:00-20:50	MISTRAL PUMP 20:00-20:50			AQUA RUNNING 20:20-21:10	ZUMBA 20:00-20:50			AQUAGYM 20:00-20:50	MISTRAL PUMP 20:00-20:50			AQUA RUNNING 20:20-21:10			CROSS 20:00-20:45					
20:30 - 21:00			TOTAL CORE 20:30-21:00																					
21:00 - 21:30		CICLO VIRTUAL 21:00-21:50			TOTAL CORE 21:00-21:30	CICLO VIRTUAL 21:00-21:50				CICLO VIRTUAL 21:00-21:50			TOTAL CORE 21:00-21:30	CICLO VIRTUAL 21:00-21:50				CICLO VIRTUAL 21:00-21:50						
21:30 - 22:00																								
22:00 - 22:30																								

DURACIÓN DE LAS CLASES

Colectivas: 50' - Cross: 45' - Core: 30'

* Los horarios están sujetos a posibles cambios según necesidades.



Reserva tus clases a través
de la app **MISTRAL YOU WIND**

