

ACTIVIDADES COLECTIVAS

MISTRAL PARQUE COÍMBRA

– Marzo 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 7:30-8:20								CICLO VIRTUAL 7:30-8:20								CICLO VIRTUAL 7:30-8:20						
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									
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			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				
10:00 - 10:30											CROSS 10:00-10:45										STEP 10:00-10:50			
10:30 - 11:00	PILATES 10:30-11:20	CICLO VIRTUAL 10:30-11:20		AQUA RUNNING 10:40-11:30	ZUMBA 10:30-11:20	CICLO VIRTUAL 10:30-11:20		AQUAGYM 10:40-11:30		CICLO VIRTUAL 10:30-11:20		AQUA RUNNING 10:40-11:30	ZUMBA 10:30-11:20	CICLO VIRTUAL 10:30-11:20		AQUAGYM 10:40-11:30	MISTRAL BALANCE 10:30-11:20	CICLO VIRTUAL 10:30-11:20		AQUA RUNNING 10:40-11:30				
11:00 - 11:30					C. POSTURAL 11:30-12:10			AQUA FUSION 11:40-12:30	MISTRAL BALANCE 11:00-11:50				C. POSTURAL 11:30-12:10			AQUA FUSION 11:40-12:30					MISTRAL BOOTY 11:00-11:50			
11:30 - 12:00																								
12:00 - 12:30		CICLO VIRTUAL 12:00-12:50			PILATES 12:10-13:00	CICLO VIRTUAL 12:00-12:50			PILATES 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																								
13:00 - 13:30											CROSS 13:00-13:30								CROSS 13:00-13:30			CICLO VIRTUAL 12:30-13:20		
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		GAP 17:00-17:50	CICLO VIRTUAL 17:00-17:50			PILATES 17:00-17:50	CICLO VIRTUAL 17:00-17:50			GAP 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 COMBAT 18:00-18:50		CROSS 18:00-18:45		MISTRAL PUMP 18:00-18:50		CROSS 18:00-18:45		MISTRAL COMBAT 18:00-18:50		CROSS 18:00-18:45		MISTRAL PUMP 18:00-18:50		CROSS 18:00-18:45		AQUA PILATES 18:00-18:50			
18:30 - 19:00			TRX CORE 18:45-19:15	AQUA RUNNING 18:30-19:20				HYDRA FIT 18:45-19:35				AQUA RUNNING 18:30-19:20				HYDRA FIT 18:45-19:35								
19:00 - 19:30	MISTRAL COMBAT 19:00-19:50	CICLO VIRTUAL 19:00-19:50	MISTRAL BOOTY 19:00-19:50		PILATES 19:00-19:50	CICLO VIRTUAL 19:00-19:50			MISTRAL COMBAT 19:00-19:50	CICLO VIRTUAL 19:00-19:50		TRX CORE 18:45-19:15	PILATES 19:00-19:50	CICLO VIRTUAL 19:00-19:50	MISTRAL STRONG 19:00-19:45		MISTRAL COMBAT 19:00-19:50	CICLO VIRTUAL 19:00-19:50		AQUAGYM 19:00-19:50				
19:30 - 20:00				AQUAGYM 19:30-20:20				AQUAGYM 19:45-20:35				AQUAGYM 19:30-20:20				AQUAGYM 19:45-20:35								
20:00 - 20:30	ZUMBA 20:00-20:50				MISTRAL PUMP 20:00-20:50				ZUMBA 20:00-20:50				MISTRAL PUMP 20:00-20:50				ZUMBA 20:00-20:50							
20:30 - 21:00			TOTAL CORE 20:30-21:00																	CROSS 20:00-20:45				
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**

