Colmenar Viejo

# ACTIVIDADES COLECTIVAS

## MULTICENTRO: MISTRAL LORENZO RICO + MISTRAL SAMARANCH

– Del 1 de noviembre al 23 de diciembre de 2026 –

mistral YOU WIND

### ACTIVIDADES MISTRAL LORENZO RICO

| HORA | LUNES | MARTES | MIÉRCOLES | JUEVES | VIERNES | SÁBADO |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 8:00 | 8:00-9:00 CROSS ZONA FUNCIONAL | 8:00-9:00 CROSS ZONA FUNCIONAL | 8:00-9:00 CROSS ZONA FUNCIONAL | 8:00-9:00 CROSS ZONA FUNCIONAL | 8:00-9:00 CROSS ZONA FUNCIONAL | |
| 9:00 | 9:00-10:00 MISTRAL CICLING SALA CICLO<br>9:45-10:30 AQUAGYM PISCINA | 9:00-10:00 PILATES SALA COLECTIVAS<br>9:45-10:30 AQUAGYM PISCINA | 9:00-10:00 MISTRAL CICLING SALA CICLO<br>9:45-10:30 AQUAGYM PISCINA | 9:00-10:00 PILATES SALA COLECTIVAS<br>9:45-10:30 AQUAGYM PISCINA | 9:00-10:00 MISTRAL CICLING SALA CICLO | |
| 10:00 | 10:00-11:00 PILATES SALA COLECTIVAS<br>10:00-11:00 FUNCIONAL REAXING ZONA FUNCIONAL | 10:00-11:00 MISTRAL CICLING SALA CICLO<br>10:30-11:15 AQUAGYM PISCINA | 10:00-11:00 PILATES SALA COLECTIVAS<br>10:00-11:00 FUNCIONAL REAXING ZONA FUNCIONAL | 10:00-11:00 MISTRAL CICLING SALA CICLO<br>10:30-11:15 AQUAGYM PISCINA | 10:00-11:00 PILATES SALA COLECTIVAS<br>10:00-11:00 FUNCIONAL REAXING ZONA FUNCIONAL<br>10:00-10:45 AQUAZUMBA PISCINA | |
| 11:00 | 11:00-12:00 CORREC. POSTURAL PILATES INIC. SALA COLECTIVAS | 11:00-12:00 CORREC. POSTURAL PILATES INIC. SALA DEL TATAMI | 11:00-12:00 CORREC. POSTURAL PILATES INIC. SALA DEL TATAMI | 11:00-12:00 CORREC. POSTURAL PILATES INIC. SALA DEL TATAMI | 11:00-12:00 CORREC. POSTURAL PILATES INIC. SALA COLECTIVAS | 11:15-11:45 FUNCIONAL REAXING ZONA FUNCIONAL<br>11:45-12:45 CROSS ZONA FUNCIONAL |
| 12:00 | | 12:00-13:00 PILATES SALA COLECTIVAS | | 12:00-13:00 PILATES SALA COLECTIVAS | | |
| 13:00 | | | | | | |
| 14:00 | 14:00-14:30 TOTAL CORE ZONA FUNCIONAL<br>14:30-15:00 FUNCIONAL ZONA FUNCIONAL | 14:00-14:30 TOTAL CORE ZONA FUNCIONAL<br>14:30-15:00 FUNCIONAL ZONA FUNCIONAL | 14:00-14:30 TOTAL CORE ZONA FUNCIONAL<br>14:30-15:00 FUNCIONAL ZONA FUNCIONAL | 14:00-14:30 TOTAL CORE ZONA FUNCIONAL<br>14:30-15:00 FUNCIONAL ZONA FUNCIONAL | 14:00-14:30 TOTAL CORE ZONA FUNCIONAL<br>14:30-15:00 FUNCIONAL ZONA FUNCIONAL | |
| 15:00 | | | | | | |
| 17:00 | 17:45-18:45 FITNESS TOTAL SALA COLECTIVAS<br>17:45-18:15 FUNCIONAL SALA CUERPO-MENTE | | 17:45-18:45 FITNESS TOTAL SALA COLECTIVAS<br>17:45-18:15 FUNCIONAL SALA CUERPO-MENTE | | 17:45-18:15 FUNCIONAL ZONA FUNCIONAL | |
| 18:00 | 18:15-18:45 TOTAL CORE SALA CUERPO-MENTE<br>18:45-19:45 VIRTUAL CICLING SALA CICLO<br>18:45-19:45 FITNESS TOTAL SALA COLECTIVAS<br>18:45-19:45 PILATES SALA CUERPO-MENTE | 18:00-18:45 CIRCUITO REAXING ZONA FUNCIONAL<br>18:45-19:45 MISTRAL CICLING SALA CICLO<br>18:45-19:45 FITNESS TOTAL SALA COLECTIVAS<br>18:45-19:45 PILATES SALA CUERPO-MENTE | 18:15-18:45 TOTAL CORE SALA CUERPO-MENTE<br>18:45-19:45 VIRTUAL CICLING SALA CICLO<br>18:45-19:45 FITNESS TOTAL SALA COLECTIVAS<br>18:45-19:45 PILATES SALA CUERPO-MENTE | 18:00-18:45 CIRCUITO REAXING ZONA FUNCIONAL<br>18:45-19:45 MISTRAL CICLING SALA CICLO<br>18:45-19:45 FITNESS TOTAL SALA COLECTIVAS<br>18:45-19:45 PILATES SALA CUERPO-MENTE | 18:15-18:45 TOTAL CORE ZONA FUNCIONAL<br>18:45-19:45 BAILE ACTIVO SALA COLECTIVAS | |
| 19:00 | 19:45-20:30 AQUAGYM<br>19:45-20:45 MISTRAL CICLING SALA CICLO<br>19:45-20:45 MISTRAL COMBAT SALA COLECTIVAS | 19:45-20:30 AQUAGYM<br>19:45-20:45 MISTRAL CICLING SALA CICLO<br>19:45-20:45 FITNESS TOTAL SALA COLECTIVAS<br>19:45-20:45 YOGA* SALA CUERPO-MENTE | 19:45-20:30 AQUAGYM<br>19:45-20:45 MISTRAL CICLING SALA CICLO<br>19:45-20:45 MISTRAL COMBAT SALA COLECTIVAS | 19:45-20:30 AQUAGYM<br>19:45-20:45 MISTRAL CICLING SALA CICLO<br>19:45-20:45 FITNESS TOTAL SALA COLECTIVAS<br>19:45-20:45 YOGA* SALA CUERPO-MENTE | 19:45-20:30 AQUABOXING | |
| 20:00 | 20:30-21:15 AQUAGYM | 20:30-21:15 AQUAGYM | 20:30-21:15 AQUAGYM | 20:30-21:15 AQUAGYM | | |
| 21:00 | 20:45-21:15 TOTAL COREL | 20:45-21:15 CROSS ZONA FUNCIONAL | 20:45-21:15 TOTAL COREL | 20:45-21:15 CROSS ZONA FUNCIONAL | | |

### ACTIVIDADES MISTRAL SAMARANCH

| HORA | LUNES | MARTES | MIÉRCOLES | JUEVES | VIERNES | SÁBADO |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 8:00 | 8:00-9:00 CROSS ZONA FUNCIONAL | 8:00-9:00 CROSS ZONA FUNCIONAL | 8:00-9:00 CROSS ZONA FUNCIONAL | 8:00-9:00 CROSS ZONA FUNCIONAL | 8:00-9:00 CROSS ZONA FUNCIONAL | |
| 9:00 | 9:30-10:00 FUNCIONAL REAXING ZONA FUNCIONAL | 9:30-10:00 FUNCIONAL REAXING ZONA FUNCIONAL | 9:30-10:00 FUNCIONAL REAXING ZONA FUNCIONAL | 9:30-10:00 FUNCIONAL REAXING ZONA FUNCIONAL | 9:30-10:00 FUNCIONAL REAXING ZONA FUNCIONAL | |
| 10:00 | 10:00-11:00 MISTRAL CICLING SALA CICLO | 10:00-11:00 CIRCUITO TONIFICACIÓN PILATES ZONA FUNCIONAL | 10:00-11:00 MISTRAL CICLING SALA CICLO | 10:00-11:00 CIRCUITO TONIFICACIÓN PILATES ZONA FUNCIONAL | 10:00-11:00 VIRTUAL CICLING SALA CICLO | |
| 11:00 | 11:00-11:30 TOTAL CORE ZONA FUNCIONAL | | 11:00-11:30 TOTAL CORE ZONA FUNCIONAL | | | 11:00-11:30 FUNCIONAL REAXING ZONA FUNCIONAL<br>11:30-12:30 CROSS ZONA FUNCIONAL |
| 12:00 | | | | | | |
| 13:00 | 13:00-13:30 CROSS ZONA FUNCIONAL | 13:00-13:30 FUNCIONAL REAXING ZONA FUNCIONAL | 13:00-13:30 CROSS ZONA FUNCIONAL | 13:00-13:30 FUNCIONAL REAXING ZONA FUNCIONAL | 13:00-13:30 CROSS ZONA FUNCIONAL | |
| 14:00 | 14:30-15:00 FUNCIONAL REAXING ZONA FUNCIONAL | 14:30-15:00 CROSS ZONA FUNCIONAL | 14:30-15:00 FUNCIONAL REAXING ZONA FUNCIONAL | 14:30-15:00 CROSS ZONA FUNCIONAL | 14:30-15:00 FUNCIONAL REAXING ZONA FUNCIONAL | |
| 15:00 | 15:00-16:00 VIRTUAL CICLING SALA CICLO | 15:00-16:00 VIRTUAL CICLING SALA CICLO | 15:00-16:00 VIRTUAL CICLING SALA CICLO | 15:00-16:00 VIRTUAL CICLING SALA CICLO | 15:00-16:00 VIRTUAL CICLING SALA CICLO | |
| 17:00 | 17:00-17:30 FUNCIONAL REAXING ZONA FUNCIONAL<br>17:30-18:30 CROSS ZONA FUNCIONAL | 17:00-17:45 FUNCIONAL REAXING ZONA FUNCIONAL<br>17:45-18:30 CROSS ZONA FUNCIONAL | 17:00-17:30 FUNCIONAL REAXING ZONA FUNCIONAL<br>17:30-18:30 CROSS ZONA FUNCIONAL | 17:00-17:45 FUNCIONAL REAXING ZONA FUNCIONAL<br>17:45-18:30 CROSS ZONA FUNCIONAL | 17:00-17:45 FUNCIONAL REAXING ZONA FUNCIONAL<br>17:30-18:30 CROSS ZONA FUNCIONAL | |
| 18:00 | 18:30-19:30 MISTRAL CICLING SALA CICLO<br>18:30-19:30 CROSS ZONA FUNCIONAL<br>18:30-19:30 MISTRAL COMBAT SALA COLECTIVAS | 18:30-19:30 CROSS ZONA FUNCIONAL<br>18:30-19:30 FITNESS TOTAL SALA COLECTIVAS | 18:30-19:30 MISTRAL CICLING SALA CICLO<br>18:30-19:30 CROSS ZONA FUNCIONAL<br>18:30-19:30 MISTRAL COMBAT SALA COLECTIVAS | 18:30-19:30 CROSS ZONA FUNCIONAL<br>18:30-19:30 FITNESS TOTAL SALA COLECTIVAS | 18:00-18:30 TOTAL CORE ZONA FUNCIONAL<br>18:30-19:30 VIRTUAL CICLING SALA CICLO | |
| 19:00 | 19:30-20:30 ZUMBA FITNESS SALA COLECTIVAS | 19:30-20:30 BAILE ACTIVO SALA COLECTIVAS<br>19:30-20:30 MISTRAL CICLING SALA CICLO | 19:30-20:30 ZUMBA FITNESS SALA COLECTIVAS | 19:30-20:30 BAILE ACTIVO SALA COLECTIVAS<br>19:30-20:30 MISTRAL CICLING SALA CICLO | | |
| 20:00 | 20:30-21:00 FUNCIONAL ZONA FUNCIONAL | 20:30-21:00 CROSS ZONA FUNCIONAL | 20:30-21:00 FUNCIONAL ZONA FUNCIONAL | 20:30-21:00 CROSS ZONA FUNCIONAL | | |
| 21:00 | 21:00-21:30 CROSS ZONA FUNCIONAL | | 21:00-21:30 CROSS ZONA FUNCIONAL | | | |

mistral2010.com

*Yoga es una actividad fuera de abono.

** Los horarios están sujetos a posibles cambios según necesidades.*

Reserva tus clases colectivas en la APP **MISTRAL YOU WIND**