

	LUNES				MARTES				MIÉRCOLES				JUEVES				VIERNES				SÁBADO		DOMINGO				
	CICLO VIRTUAL Y CLASES	CLASES COLECTIVAS	SALA FIT O TATAMI	PISCINA	CICLO VIRTUAL Y CLASES	CLASES COLECTIVAS	SALA FIT O TATAMI	PISCINA	CICLO VIRTUAL Y CLASES	CLASES COLECTIVAS	SALA FIT O TATAMI	PISCINA	CICLO VIRTUAL Y CLASES	CLASES COLECTIVAS	SALA FIT O TATAMI	PISCINA	CICLO VIRTUAL Y CLASES	CLASES COLECTIVAS	SALA FIT O TATAMI	PISCINA	SALA FIT	PISCINA	CICLO VIRTUAL Y CLASES	SALA FIT	PISCINA		
7:30																											
8:00																											
9:00			8:30 ETTO. FUNCIONAL BASE				8:30 ETTO. FUNCIONAL BASE				8:30 ETTO. FUNCIONAL BASE				8:30 ETTO. FUNCIONAL BASE				8:30 ETTO. FUNCIONAL BASE								
		9:00 TRX				9:00 BODY PUMP		9:00 AQUA		9:00 TOTAL BODY		9:00 AQUA		9:00 RITMOS LATINOS		9:00 AQUA		9:00 ZUMBA		9:00 AQUA							
10:00	10:00 CICLO	10:00 PILATES-BALANCE	10:00 DIRECTO		10:00 CICLO	10:00 YOGA	10:00 DIRECTO		10:00 CICLO	10:00 ZUMBA			10:00 CICLO	10:00 YOGA	10:00 DIRECTO		10:00 C. POSTURAL	10:00 CORE+MOV		10:00 AQUA			10:00 HAMMER				
11:00		11:00 RITMOS LATINOS	11:00 HAMMER			11:00 YOGA MEDITACIÓN	11:00 ENDURANCE		11:00 DIRECTO	11:00 SUELO PÉLVICO				11:00 YOGA MEDITACIÓN	11:00 HAMMER		11:00 CICLO	11:00 C. POSTURAL							10:30 AQUA		
12:00																							11:30 CICLO				
13:00																											
14:00																											
15:00			14:30 HAMMER					14:30 AQUA HAMMER			14:30 HAMMER				14:30 ENDURANCE					14:30 AQUA HAMMER							
16:00		15:45 TOTAL BODY				15:45 BODY PUMP			15:45 CICLO					15:45 GAP				15:45 HAMMER									
17:00			16:30 ENDURANCE				16:30 HAMMER				16:30 HAMMER				16:30 ENDURANCE												
18:00		17:30 GAP				17:30 PILATES-BALANCE				17:30 TOTAL BODY				17:30 SUELO PÉLVICO													
19:00		18:30 YOGA				18:30 PILATES-BALANCE				18:30 YOGA				18:30 SUELO PÉLVICO				18:30 CORE+MOV									
20:00	19:30 CICLO	19:30 6X4 AMRAP			19:30 CICLO	19:30 BODY PUMP			19:30 CICLO	19:30 GAP			19:30 CICLO	19:30 TOTAL BODY			19:30 CICLO										
		20:00 TRX																									
21:00	20:30 CICLO	20:30 PILATES-BALANCE			20:30 CICLO	20:30 ZUMBA		20:30 AQUA		20:30 TRX						20:30 AQUA											
22:00	LUNES				MARTES				MIÉRCOLES				JUEVES				VIERNES				SÁBADO	DOMINGO					



**+80**

**CLASES SEMANALES + DIRECTOS + CICLO VIRTUAL**

COLOR DE LA CLASE	¿QUÉ ES?
Blue	SALUD POSTURAL
Light Blue	DIRECTOS TATAMI
Pink	FUERZA
Orange	GRUPO REDUCIDOS
Yellow	FUERZA CARDIO
Light Green	RITMO FUERZA
Green	RITMO CARDIO

**¿Cuál es la mejor?**  
Combinar diferentes tipos de CLASES con SALA y PISCINA