

ACTIVIDADES COLECTIVAS

EDIFICIO FITNESS CARLOS RUIZ - del 05 AGOSTO al 8 SEPTIEMBRE 2019

		LUNES			MARTES			MIÉRCOLES			JUEVES			VIERNES			SÁBADO			
CUOTA	HORA	SALA 1	SALA 2	SALA CICLO INDOOR	SALA 1	SALA 2	SALA CICLO INDOOR	SALA 1	SALA 2	SALA CICLO INDOOR	SALA 1	SALA 2	SALA CICLO INDOOR	SALA 1	SALA 2	SALA CICLO INDOOR	SALA 1	SALA CICLO INDOOR	HORA	
M A Ñ A N A	8:00																		8:00	
	8:30																		8:30	
	9:00		G.A.P.		ABDOMI NALES				G.A.P.		ABDOMI NALES				G.A.P.				9:00	
	9:30	FITNESS					CICLO INDOOR	FITNESS					CICLO INDOOR	FITNESS					9:30	
	10:00																		10:00	
	10:30		PILATES				TONIFI CACIÓN				PILATES			TONIFI CACIÓN			YOGA		10:30	
	11:00																		11:00	
	11:30		YOGA			PILATES					YOGA			PILATES					11:30	
	12:00																			12:00
	12:30																			12:30
	12:45																			12:45
	13:00																			13:00
	13:15																			13:15
	13:30																			13:30
13:45																			13:45	
M E D I O D Í A	14:00																		14:00	
	14:30																		14:30	
	15:00																		15:00	
	15:30																		15:30	
	16:00																		16:00	
	16:30																		16:30	
	17:00																		17:00	
C O M P L E T A	17:30		MANTENIMI ENTO							MANTENIMI ENTO					STEEL BODY				17:30	
	18:00				ABDOMI NALES					ABDOMI NALES									18:00	
	18:30	YOGA-PILATES				TONIFI CACIÓN		YOGA-PILATES			TONIFI CACIÓN				PILATES				18:30	
	19:00																		19:00	
	19:30				CICLO INDOOR	PILATES				CICLO INDOOR	PILATES				FITNESS				19:30	
	20:00																		20:00	
	20:30	TONIFI CACION					YOGA		TONIFI CACION			YOGA							20:30	
	21:00																		21:00	
21:30																			21:30	
22:00																			22:00	

**Horario Sala Fitness de Luesa Viernes de 8:00 a 22:00 h.
Sábados y Domingos de 9:00 a 14:30 h.**