


ACTIVIDADES DE LA SALA 2					
	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
06:45 07:30		PILATES		PILATES	
07:45 08:30	PILATES		PILATES		PILATES
09:00 09:45	MANTENIMIENTO FISICO	MANTENIMIENTO FISICO	MANTENIMIENTO FISICO	MANTENIMIENTO FISICO	MANTENIMIENTO FISICO
10:00 10:45	BODYTONIC	ENTRENAMIENTO FUNCIONAL	BODYTONIC	ENTRENAMIENTO FUNCIONAL	BODYTONIC
11:00 11:45	PILATES	PILATES	PILATES	PILATES	PILATES
12:00 12:45	YOGA	AERO ACONDICIONAMIENTO	YOGA	AERO ACONDICIONAMIENTO	YOGA
15:00 15:45	MANTENIMIENTO FÍSICO		MANTENIMIENTO FÍSICO		MANTENIMIENTO FÍSICO
17:00 18:00		YOGA		YOGA	
17:30 18:15	PILATES		PILATES		PILATES
18:30 19:15	MANTENIMIENTO FISICO	MANTENIMIENTO FISICO	MANTENIMIENTO FISICO	MANTENIMIENTO FISICO	MANTENIMIENTO FISICO
19:30 20:15		PILATES		PILATES	ESPALDA SANA
20:00 20:45	BODY SCULP		BODY SCULP		
20:30 21:15		BODY SCULP		BODY SCULP	PILATES
21:00 21:45	PILATES		PILATES		

LUDOTECA

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
07:00 07:45	YOGA		YOGA		YOGA
11:00 11:45	AEROLATINO		AEROLATINO		
16:45 17:45		HIP HOP (A PARTIR DE 6 A 12 AÑOS)		HIP HOP (A PARTIR DE 6 A 12 AÑOS)	
19:00 19:45		ENTRENAMIENTO FUNCIONAL		ENTRENAMIENTO FUNCIONAL	
20:00 20:45		ENTRENAMIENTO FUNCIONAL		ENTRENAMIENTO FUNCIONAL	
19:30 20:15	ESPALDA SANA		ESPALDA SANA		
20:45 21:30	BOOT CAMP		BOOT CAMP		

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
6:30 7:15					
09:00 09:45					
10:15 11:00					
14:15 15:00					
16:45 17:30					
19:00 19:45					
20:15 21:00					

SALA PLANTA 4

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
06:45 07:30	<u>TOTAL TRAINNING</u>	<u>TOTAL TRAINNING</u>	<u>TOTAL TRAINNING</u>	<u>TOTAL TRAINNING</u>	<u>TOTAL TRAINNING</u>
07:45 08:30	AERO ACONDICIONAMIENTO	PILATES	AERO ACONDICIONAMIENTO	PILATES	AERO ACONDICIONAMIENTO
08:45 09:30	PILATES	ESPALDA SANA	PILATES	ESPALDA SANA	PILATES
09:45 10:30	MAYORES	PILATES	MAYORES	PILATES	MAYORES
10:45 11:30	ESPALDA SANA	ENTRENAMIENTO FUNCIONAL	ESPALDA SANA	ENTRENAMIENTO FUNCIONAL	ESPALDA SANA
11:45 12:30	ESPALDA SANA		ESPALDA SANA		ESPALDA SANA
13:00 13:45	BODY SCULP		BODY SCULP		BODY SCULP
14:00 14:45	<u>TOTAL TRAINNING</u>	<u>TOTAL TRAINNING</u>	<u>TOTAL TRAINNING</u>	<u>TOTAL TRAINNING</u>	<u>TOTAL TRAINNING</u>
15:00 15:45	ABS	MANTENIMIENTO FISICO	ABS	MANTENIMIENTO FISICO	ABS
16:00 16:45	PILATES	PILATES	PILATES	PILATES	PILATES
17:00 18:30	BAILES URBANOS (A partir de 13 años)		BAILES URBANOS (A partir de 13 años)		BAILES URBANOS (A partir de 13 años)
17:30 18:15		PILATES		PILATES	
18:45 19:30	ESPALDA SANA	ESPALDA SANA	ESPALDA SANA	ESPALDA SANA	ESPALDA SANA
19:45 20:30	AEROLATINO	AERO/STEP	AEROLATINO	AERO/STEP	AEROLATINO
21:00 22:30	BAILES LATINOS	BAILES LATINOS		BAILES LATINOS	