

# FITNESS CEB



## HORARIO DE CLASES COLECTIVAS JULIO 2021

HORARIO DE CLASES COLECTIVAS JULIO 2021												
LUNES				MARTES				MIERCOLES				
Hora/sala	FITNESS	SALA 1	CICLO	TATAMI	FITNESS	SALA 1	CICLO	PISCINA	FITNESS	SALA 1	CICLO	TATAMI
10,00-11,00												
11,00-12,00												
12,00-13,00		PILATES ★						AQUAGYM ★			PILATES ★	
13,00-14,00	GAP 20' ★											
14,00-15,00										FUNCIONAL 14,10 a 15,00 ★		
15,00-16,00	CERRADO											
16,00-17,00												
17,00-18,00												
18,00-19,00						HIPOPRESIVOS 45' ★						
19,00-20,00		GLOBAL TRAINING ★				ZUMBA ★	CICLO 19,10 a 20,00 ★			GLOBAL TRAINING ★		
20,00-21,00		FUNCIONAL ASISTIDO ★	CICLO 20,10 a 21,00 ★							FUNCIONAL ASISTIDO ★		
21,00-22,00						FUNCIONAL ASISTIDO ★						
JUEVES						VIERNES						
Hora/sala	FITNESS	SALA 1	CICLO	PISCINA	BOXEO	FITNESS	SALA 1	CICLO	TATAMI	GIMNASIO ANTIGUO	NIVEL DE INTENSIDAD	
10,00-11,00												
11,00-12,00										HIPOPRESIVOS 11,15 a 12,00 ★		SUAVE
12,00-13,00				AQUAGYM ★				ZUMBA ★				NORMAL
13,00-14,00							GAP 20' ★					ALTA
14,00-15,00												COREOGRAFIADO
15,00-16,00	CERRADO											
16,00-17,00												
17,00-18,00												
18,00-19,00			HIPOPRESIVOS 45' ★					TRI TRAINING ★	CICLO 50' 18,10 a 19,00 ★		YOGA DINAMICO 18,30 a 20,00 ★	ESCUELAS DE PAGO
19,00-20,00		FUNCIONAL ASISTIDO ★	CICLO 19,10 a 20,00 ★		BOXEO			CUERPO MENTE 19,10 a 20,00 ★				CIRCO - ACTIVIDAD AEREOS Niños/as de 4 a 18 años 60'
20,00-21,00								FUNCIONAL ASISTIDO ★				BOXEO A partir de 12 años
21,00-22,00		FUNCIONAL ASISTIDO ★										
SABADO						DOMINGO						
Hora/sala	FITNESS	SALA 1	CICLO	TATAMI	BOXEO	FITNESS	SALA 1	CICLO	TATAMI	GIMNASIO ANTIGUO	BOXEO	
10,30-11,00												
11,00-12,00		PILATES ★						PILATES ★				
12,00-13,00			CICLO 50' 12,10 a 13,00 ★					CICLO 50' 12,10 a 13,00 ★			BOXEO	
13,00-14,00		HIPOPRESIVOS 45' ★					TRX 13,10 a 13,40			YOGA DINAMICO 13:10 a 14:10 ★		
14,00-15,00							GAP 20' 13,40 a 14,00					
15,00-16,30	CERRADO											
17,00-18,00		PILATES ★						PILATES ★				
18,00-19,00		ZUMBA ★										
19,00-20,00		FUNCIONAL 30' 19,00 a 19,30 ★										
20,00-21,00												
21,00-22,00	CERRADO											

\*Horario sujeto a posibles cambios según demanda.

★ Clases colectivas incluidas con la Tarifa "Fitness todo incluido"

**Notas:**  
 \* Las clases de GAP, ABD y STRETCH son de 20'  
 \* Las clases de ciclo serán de una duración de 50'  
 \* Mínimo de 3 alumnos para realizar las clases  
 \* Clases de zumba a partir de 16 años