

FITNESS CEB



HORARIO DE CLASES COLECTIVAS AGOSTO 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																			
14,00-15,00																			
15,00-16,00	CERRADO																		
16,00-17,00																			
17,00-18,00																			
18,00-19,00																			
19,00-20,00		GLOBAL TRAINING *					CICLO 19,10 a 20,00 *				GLOBAL TRAINING *								
20,00-21,00		FUNCIONAL ASISTIDO *									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		
10,00-11,00											NIVEL DE INTENSIDAD	
11,00-12,00										HIPOPRESIVOS 11.15 a 12.00 *		SUAVE
12,00-13,00				AQUAGYM *								NORMAL
13,00-14,00												ALTA
14,00-15,00												COREOGRAFIADO
15,00-16,00	CERRADO											
16,00-17,00												
17,00-18,00												
18,00-19,00											ESCUELAS DE PAGO	
19,00-20,00		FUNCIONAL ASISTIDO *	CICLO 19,10 a 20,00 *					CUERPO MENTE 19,10 a 20,00 *			CIRCO - ACTIVIDAD AERÉOS	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 *			
13,00-14,00						TRX 13,10 a 13,40					
14,00-15,00						GAP 20' 13,40 a 14,00					
15,00-16,30	CERRADO										
17,00-18,00											
18,00-19,00		PILATES *						PILATES *			
19,00-20,00		FUNCIONAL 30' 19,00 a 19,30 *									
20,00-21,00											

\*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 70'
  - \* 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