

|       | LUNES            | MARTES           | MIÉRCOLES        | JUEVES           | VIERNES          |
|-------|------------------|------------------|------------------|------------------|------------------|
| 07:15 | CICLO 📺          | CICLO 📺          | CICLO 📺          | CICLO 📺          | CICLO 📺          |
| 08:15 | CICLO 📺          | CICLO 📺          | CICLO 📺          | CICLO 📺          | CICLO 📺          |
| 09:30 | BODY FIT         | FITUP A BAILAR   | AEROBOX          | CICLO            | STEP             |
|       | INDOOR WALKING 📺 | INDOOR WALKING 📺 | INDOOR WALKING 📺 | INDOOR WALKING 📺 | INDOOR WALKING 📺 |
| 10:30 | PILATES          | CICLO            | TBC              | AERODANCE        | FIT BALANCE      |
| 14:15 | INDOOR WALKING 📺 | INDOOR WALKING 📺 | INDOOR WALKING 📺 | INDOOR WALKING 📺 | INDOOR WALKING 📺 |
| 14:30 | BODY FIT         | ABD              | PILATES          | CICLO            | FITUP A BAILAR   |
|       | CROSS CIRCUIT    |                  | GAP              |                  |                  |
|       | CICLO 📺          |                  |                  |                  |                  |
| 15:00 |                  |                  | CICLO 📺          |                  | CICLO 📺          |
| 18:15 | AERODANCE        | BODY FIT         | STEP             | FIT BALANCE      | FITUP A BAILAR   |
|       | CICLO            | CICLO 📺          | CICLO            | CICLO 📺          | CICLO 📺          |
|       | INDOOR WALKING 📺 | INDOOR WALKING 📺 | INDOOR WALKING 📺 | INDOOR WALKING 📺 | INDOOR WALKING 📺 |
| 19:15 | BODY FIT         | FITUP A BAILAR   | PILATES          | AEROBOX          | CICLO 📺          |
|       | CICLO            | CICLO            | CICLO            | CICLO            | INDOOR WALKING 📺 |
|       | INDOOR WALKING 📺 | INDOOR WALKING 📺 | INDOOR WALKING 📺 | INDOOR WALKING 📺 |                  |
| 20:00 | CROSS CIRCUIT    | ABD              | CROSS CIRCUIT    |                  |                  |
| 20:15 | PILATES          | BODY FIT         | AEROBOX          | TBC              | CICLO 📺          |
|       | CICLO            | CICLO            | CICLO            | CICLO 📺          | INDOOR WALKING 📺 |
|       |                  |                  |                  | INDOOR WALKING 📺 |                  |
| 20:30 | GAP              | BOXEO            |                  | BOXEO            |                  |
| 21:15 | CICLO 📺          | CICLO 📺          | CICLO 📺          | CICLO 📺          |                  |
|       | INDOOR WALKING 📺 | INDOOR WALKING 📺 | INDOOR WALKING 📺 | INDOOR WALKING 📺 |                  |

|       | SÁBADO           | DOMINGO          |
|-------|------------------|------------------|
| 12:30 | CICLO 📺          | CICLO 📺          |
| 13:30 | INDOOR WALKING 📺 | INDOOR WALKING 📺 |
| 17:30 | INDOOR WALKING 📺 |                  |
| 18:30 | CICLO 📺          |                  |



El fitness inteligente. Entrena sin límites

Horario de actividades  
**FITUP EQUINOCCIO MAJADAHONDA**  
 Vigente a partir del **24 de octubre de 2016**

NIVEL DE INTENSIDAD DE LAS ACTIVIDADES

**BAJA**

PILATES  
 FIT BALANCE  
 FITUP A BAILAR  
 AERODANCE

**MEDIA**

INDOOR WALKING  
 CICLO VIRTUAL  
 STEP  
 GAP  
 ABD

**ALTA**

TBC  
 CICLO  
 AEROBOX  
 BODYFIT  
 CROSS CIRCUIT  
 BOXEO

**CLASES VIRTUALES**

El centro se reserva el derecho de realizar cualquier modificación en el horario. Es obligatorio acceder a las clases tanto con ropa deportiva, como con toalla. No se permite el acceso a ninguna clase pasados 10 minutos desde su comienzo por seguridad. Está totalmente prohibido el uso de teléfonos móviles dentro de las clases. Las clases con instructor serán grabadas para las multimedia. Las personas que no deseen ser grabadas tendrán que situarse donde no sean captados por la cámara.