

	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
11:30	FITUP A BAILAR				
14:15	INDOOR WALKING 📺	INDOOR WALKING 📺	INDOOR WALKING 📺	INDOOR WALKING 📺	INDOOR WALKING 📺
14:30	BODY FIT	ABD	PILATES	CICLO	
	CROSS CIRCUIT		GAP		
	CICLO 📺	CICLO			
15:00			CICLO 📺		CICLO 📺
18:15	FITUP A BAILAR	STEP	BODY FIT	FIT BALANCE	FITUP A BAILAR
	CICLO	CICLO 📺	CICLO	CICLO 📺	CICLO 📺
	INDOOR WALKING 📺	INDOOR WALKING 📺	INDOOR WALKING 📺	INDOOR WALKING 📺	INDOOR WALKING 📺
18:30	SOFT CIRCUIT	FULL CIRCUIT	SOFT CIRCUIT		
19:00	FULL CIRCUIT	SOFT CIRCUIT	FULL CIRCUIT		
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 📺
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 📺	



Horario de actividades
FITUP EQUINOCCIO MAJADAHONDA
Vigente a partir del 26 de FEBRERO de 2018

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
FULL CIRCUIT
SOFT CIRCUIT

📺 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.