

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
7:15	CICLO	CICLO	CICLO	CICLO	CICLO
	INDOOR WALKING	INDOOR WALKING	INDOOR WALKING	INDOOR WALKING	INDOOR WALKING
9:30	CICLO	CICLO	TBC	CICLO	CICLO
10:30	PILATES	FITUP A BAILAR	AEROBOX	FIT BALANCE	TBC
	CICLO	CICLO	CICLO	CICLO	CICLO
11:30	CICLO	TBC	BODY FIT	FITUP A BAILAR	CICLO
		CICLO	CICLO	CICLO	
14:10	FITUP A BAILAR	CICLO	STEP	TBC	PILATES
	ABD				
	CICLO	INDOOR WALKING	CICLO	INDOOR WALKING	CICLO
14:30	CROSS CIRCUIT	GAP	CROSS CIRCUIT	ABD	
15:00	BODYFIT	CICLO	AEROBOX	CICLO	CICLO
	CICLO		CICLO		
18:30	TBC	PILATES	STEP	BODYFIT	FITUP A BAILAR
	CICLO		CICLO		
	INDOOR WALKING	CICLO	INDOOR WALKING	CICLO	CICLO
19:30	AERODANCE	BODYFIT	AEROBOX	FIT BALANCE	PILATES
	CICLO	CICLO	CICLO	CICLO	CICLO
	CROSS CIRCUIT	GAP	ABD		
	INDOOR WALKING	INDOOR WALKING	INDOOR WALKING	INDOOR WALKING	INDOOR WALKING
20:00	ABD	CROSS CIRCUIT	GAP		
20:30	AEROBOX	TBC	FITUP A BAILAR	BODYFIT	CICLO
	GAP	BOXEO	CROSS CIRCUIT	BOXEO	
	CICLO	CICLO	CICLO	CICLO	
	INDOOR WALKING	INDOOR WALKING	INDOOR WALKING	INDOOR WALKING	INDOOR WALKING
21:30	FITBALANCE	CICLO	CICLO	PILATES	CICLO
	CICLO			CICLO	
	INDOOR WALKING	INDOOR WALKING	INDOOR WALKING	INDOOR WALKING	INDOOR WALKING

	SÁBADO	DOMINGO
12:00	CICLO	CICLO
13:00	INDOOR WALKING	INDOOR WALKING
18:00	CICLO	
19:00	INDOOR WALKING	



Horario de actividades FITUP SAN MIGUEL
Vigente a partir del 20 de NOVIEMBRE de 2017

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.