

|       | 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 📺          |
|       | CICLO 📺          | INDOOR WALKING 📺 |                  |                  |                  |
| 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 📺          | CICLO            |                  |                  |
|       | INDOOR WALKING 📺 |                  | INDOOR WALKING 📺 | CICLO 📺          | CICLO 📺          |
|       | FULL CIRCUIT     | FULL CIRCUIT     | INDOOR WALKING 📺 |                  |                  |
| 19:00 | SOFT CIRCUIT     | SOFT CIRCUIT     |                  |                  |                  |
| 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 19 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.