










	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
10:30	PILATES	CICLO	TBC	AERODANCE	FITBALANCE
14:30	BODY FIT	CICLO	FITUP A BAILAR	CICLO 	CICLO 
	CICLO 		CICLO 		
15:30	CICLO 	CICLO 	CICLO 	CICLO 	CICLO 
18:15	AERODANCE	STEP	FITBALANCE	CICLO 	FITUP A BAILAR
	CICLO		CICLO		CICLO 
18:45		GAP			
19:15	BODY FIT	PILATES	FITUP A BAILAR	TBC	CICLO 
	CICLO	CICLO	CICLO	CICLO	
20:15	FITUP A BAILAR	BODY FIT	AEROBOX	PILATES	CICLO 
	CROSS CIRCUIT	ABD	CROSS CIRCUIT	CICLO 	
20:45	CICLO 	CICLO 	CICLO 		
21:45	CICLO 	CICLO 	CICLO 	CICLO 	

	SÁBADO	DOMINGO
12:00	CICLO 	CICLO 
13:00	CICLO 	CICLO 
18:30	CICLO 	



El fitness inteligente. Entrena sin límites

Horario de actividades
FITUP MERCADO VILLA DE VALLECAS
 Vigente a partir del 24 de abril 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.