

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
07:15	CICLO	CICLO	CICLO	CICLO	CICLO
08:15	CICLO	CICLO	CICLO	TBC	CICLO
09:30	CICLO	CICLO	TBC INDOOR WALKING	CICLO	CICLO
10:30	PILATES CICLO INDOOR WALKING	BODY FIT CICLO	FIT BALANCE CICLO	FITUP A BAILAR CICLO	TBC CICLO INDOOR WALKING
11:30	FITUP A BAILAR		FITUP A BAILAR		PILATES
14:30	BODY FIT CROSS CIRCUIT CICLO INDOOR WALKING	CICLO FITUP CIRCUIT	CICLO INDOOR WALKING FITUP CIRCUIT	TBC CICLO	CICLO
18:00	PILATES CICLO	PILATES CICLO	FITUP A BAILAR INDOOR WALKING	BODY FIT CICLO	FITUP A BAILAR INDOOR WALKING
18:30	FITUP CIRCUIT	FITUP CIRCUIT	FITUP CIRCUIT		
19:00	FITUP A BAILAR CICLO	FITUP A BAILAR CICLO INDOOR WALKING	BODY FIT CICLO	FITUP A BAILAR CICLO INDOOR WALKING	FIT BALANCE CICLO
19:15	FITUP CIRCUIT	FITUP CIRCUIT	FITUP CIRCUIT		
20:00	CROSS CIRCUIT CICLO	BODY FIT GAP CICLO	CROSS CIRCUIT CICLO	AEROBOX CICLO	
21:00	FITUP A BAILAR CICLO INDOOR WALKING	FITUP A BAILAR CICLO	FITUP A BAILAR CICLO INDOOR WALKING	TBC CICLO	INDOOR WALKING

	SÁBADO	DOMINGO
12:00	CICLO	INDOOR WALKING
13:00	INDOOR WALKING	CICLO
18:00	CICLO	
18:45	INDOOR WALKING	

# fitup

SMART GYM

Horario de actividades **FITUP ÁVILA**  
Vigente a partir del **23 de septiembre 2019**

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  
FITUP 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.