

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
07:15	CICLO 🚴	CICLO 🚴	CICLO 🚴	CICLO 🚴	CICLO 🚴
08:15	CICLO 🚴	CICLO 🚴	CICLO 🚴	CICLO 🚴	CICLO 🚴
09:15	TBC	FITUP A BAILAR	TBC	AEROBOX	BODY FIT
	CICLO 🚴	CICLO	CICLO 🚴		
10:15	STEP	BODY FIT	STEP	BODY FIT	STEP
	CICLO 🚴	CICLO 🚴	CICLO 🚴	CICLO 🚴	CICLO 🚴
11:15	FIT BALANCE	PILATES	FIT BALANCE	PILATES	FITUP A BAILAR
14:30	BODY FIT	CROSS CIRCUIT	TBC		
	ABD			CICLO	CICLO 🚴
	CICLO 🚴	CICLO 🚴	CICLO 🚴		
14:50		ABD			
15:30	CICLO 🚴	CICLO 🚴	CICLO 🚴	CICLO 🚴	CICLO 🚴
18:00	TBC	BODY FIT	TBC	AEROBOX	STEP
	CICLO 🚴	CICLO 🚴	CICLO 🚴	CICLO 🚴	CICLO 🚴
18:30	FITUP CIRCUIT	FITUP CIRCUIT	FITUP CIRCUIT		
19:00	PILATES	FITUP A BAILAR	PILATES	STEP	FITUP A BAILAR
	CROSS CIRCUIT	GAP	CROSS CIRCUIT		
	CICLO	CICLO	CICLO	CICLO	CICLO 🚴
19:30	ABD	ABD	ABD		
20:00	FITUP A BAILAR	STEP	FITUP A BAILAR	BODY FIT	BOXEO
	GAP	CROSS CIRCUIT	GAP		
	CICLO	CICLO 🚴	CICLO	CICLO 🚴	CICLO 🚴
21:00	PILATES	BOXEO	PILATES	BOXEO	
	CICLO 🚴	CICLO 🚴	CICLO 🚴	CICLO 🚴	CICLO 🚴

	SÁBADO	DOMINGO
11:00	CICLO	CICLO 🚴
12:00	CICLO 🚴	
18:00	CICLO 🚴	
19:00	CICLO 🚴	



Horario de actividades  
**FITUP VILLANUEVA DE LA CAÑADA**  
 Vigente a partir del 9 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.