

	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
	INDOOR WALKING	INDOOR WALKING	INDOOR WALKING	INDOOR WALKING	INDOOR WALKING
10:30	PILATES	CICLO	TBC	AERODANCE	FIT BALANCE
11:30	FITUP A BAILAR				
14:15	INDOOR WALKING	INDOOR WALKING	INDOOR WALKING	INDOOR WALKING	INDOOR WALKING
14:30	BODY FIT	ABD	PILATES	CICLO	
	CROSS CIRCUIT				
	CICLO	CICLO	GAP		
15:00			CICLO		CICLO
18:15	FITUP A BAILAR	STEP	BODY FIT	FIT BALANCE	FITUP A BAILAR
	CICLO	CICLO	CICLO	CICLO	CICLO
	INDOOR WALKING	INDOOR WALKING	INDOOR WALKING	INDOOR WALKING	INDOOR WALKING
18:30	FITUP CIRCUIT	FITUP CIRCUIT	FITUP CIRCUIT		
19:00	FITUP CIRCUIT	FITUP CIRCUIT	FITUP CIRCUIT		
19:15	BODY FIT	FITUP A BAILAR	PILATES	AEROBOX	CICLO
	CICLO	CICLO	CICLO	CICLO	
	INDOOR WALKING	INDOOR WALKING	INDOOR WALKING	INDOOR WALKING	INDOOR WALKING
20:00	CROSS CIRCUIT	ABD	CROSS CIRCUIT		
20:15	PILATES	BODY FIT	FITUP A BAILAR	TBC	CICLO
	CICLO	CICLO	CICLO	CICLO	INDOOR WALKING
20:30	GAP	BOXEO		BOXEO	
21:15	CICLO	CICLO	CICLO	CICLO	
	INDOOR WALKING	INDOOR WALKING	INDOOR WALKING	INDOOR WALKING	

	SÁBADO	DOMINGO
12:30	CICLO	CICLO
13:30	INDOOR WALKING	INDOOR WALKING
17:30	INDOOR WALKING	
18:30	CICLO	



Horario de actividades
FITUP EQUINOCCIO MAJADAHONDA
 Vigente a partir del 2 de septiembre de 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.