

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
07:30	CICLO 🚴	CICLO 🚴	CICLO 🚴	CICLO 🚴	CICLO 🚴
08:30	CICLO 🚴	CICLO 🚴	CICLO 🚴	CICLO 🚴	CICLO 🚴
09:15	TBC	FITUP A BAILAR	BODY FIT	AEROBOX	BODY FIT
09:30	CICLO 🚴	CICLO	CICLO 🚴	CICLO 🚴	CICLO 🚴
10:15	STEP	BODY FIT	STEP	BODY FIT	STEP
10:30	CICLO 🚴	CICLO 🚴	CICLO 🚴	CICLO 🚴	CICLO 🚴
11:15	FIT BALANCE	PILATES	FIT BALANCE	PILATES	FITUP A BAILAR
14:15	CROSS CIRCUIT	GAP	CROSS CIRCUIT		
14:30	CICLO 🚴	CICLO 🚴	CICLO 🚴	CICLO 🚴	CICLO 🚴
14:40	ABD	ABD	ABD		
15:30	CICLO 🚴	CICLO 🚴	CICLO 🚴	CICLO 🚴	CICLO 🚴
18:00	TBC	BODY FIT	TBC	AEROBOX	STEP
18:15	CICLO 🚴	CICLO 🚴	CICLO 🚴	CICLO 🚴	CICLO 🚴
18:30	FITUP CIRCUIT	FITUP CIRCUIT	FITUP CIRCUIT		
19:00	PILATES	FITUP A BAILAR	PILATES	STEP	FITUP A BAILAR
19:10	CROSS CIRCUIT	GAP	CROSS CIRCUIT		
19:15	CICLO	CICLO	CICLO	CICLO	CICLO 🚴
19:30	ABD	ABD	ABD		
20:00	FITUP A BAILAR	STEP	FITUP A BAILAR	BODY FIT	BOXEO
20:10	GAP	CROSS CIRCUIT	GAP		
20:15	CICLO	CICLO 🚴	CICLO	CICLO 🚴	CICLO 🚴
21:00		BOXEO		BOXEO	

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



Horario de actividades
FITUP VILLANUEVA DE LA CAÑADA
VIGENTE DESDE 9 NOVIEMBRE 2020

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.