

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
07:15	CICLO 🚲	CICLO 🚲	CICLO 🚲	CICLO 🚲	CICLO 🚲
08:15	CICLO 🚲	CICLO 🚲	CICLO 🚲	CICLO 🚲	CICLO 🚲
09:00	INDOOR WALKING 🚶	INDOOR WALKING 🚶	INDOOR WALKING 🚶	INDOOR WALKING 🚶	INDOOR WALKING 🚶
09:15	CICLO 🚲	CICLO 🚲		CICLO 🚲	CICLO 🚲
09:30	BODY FIT	FIT BALANCE	CICLO	PILATES	FITUP A BAILAR
10:00	INDOOR WALKING 🚶	INDOOR WALKING 🚶	INDOOR WALKING 🚶	INDOOR WALKING 🚶	INDOOR WALKING 🚶
10:30	CICLO 🚲	FITUP A BAILAR CICLO 🚲	BODY FIT CICLO 🚲	CICLO 🚲	TBC CICLO 🚲
11:00	INDOOR WALKING 🚶	INDOOR WALKING 🚶	INDOOR WALKING 🚶	INDOOR WALKING 🚶	INDOOR WALKING 🚶
12:00	CICLO 🚲	CICLO 🚲	CICLO 🚲	CICLO 🚲	CICLO 🚲
14:30	CICLO 🚲 CROSS CIRCUIT	CICLO 🚲 GAP	CICLO 🚲 CROSS CIRCUIT	CICLO 🚲	CICLO 🚲
15:00	INDOOR WALKING 🚶	INDOOR WALKING 🚶	INDOOR WALKING 🚶	INDOOR WALKING 🚶	INDOOR WALKING 🚶
16:00	CICLO 🚲	CICLO 🚲	CICLO 🚲	CICLO 🚲	CICLO 🚲 *
18:00	STEP			BODY FIT	
18:15	CICLO 🚲 INDOOR WALKING 🚶	CICLO 🚲 INDOOR WALKING 🚶	CICLO 🚲 INDOOR WALKING 🚶	CICLO 🚲 INDOOR WALKING 🚶	CICLO 🚲 INDOOR WALKING 🚶
19:00	CROSS CIRCUIT BODY FIT	GAP AEROBOX	FITUP CIRCUIT BODY FIT	FIT BALANCE	*
19:15	CICLO INDOOR WALKING 🚶	CICLO INDOOR WALKING 🚶	CICLO INDOOR WALKING 🚶	CICLO INDOOR WALKING 🚶	CICLO 🚲 INDOOR WALKING ○
19:30	ABD	CROSS CIRCUIT	GAP		🚶
20:00	CROSS CIRCUIT FITUP A BAILAR	ABD PILATES	CROSS CIRCUIT FITUP A BAILAR	TBC	
20:15	CICLO INDOOR WALKING 🚶	CICLO INDOOR WALKING 🚶	CICLO INDOOR WALKING 🚶	CICLO 🚲 INDOOR WALKING 🚶	CICLO 🚲 INDOOR WALKING ○
20:30	ABD	GAP	ABD		🚶
21:00		BODY FIT	TBC		

	SÁBADO	DOMINGO
11:00	CICLO 🚲 INDOOR WALKING 🚶	CICLO 🚲 INDOOR WALKING 🚶
12:00	CICLO 🚲 INDOOR WALKING 🚶	CICLO 🚲 INDOOR WALKING 🚶
13:00	CICLO 🚲 INDOOR WALKING 🚶	CICLO 🚲 INDOOR WALKING 🚶
17:30	CICLO 🚲 INDOOR WALKING 🚶	CICLO 🚲 INDOOR WALKING 🚶
18:30	CICLO 🚲 INDOOR WALKING 🚶	CICLO 🚲 INDOOR WALKING 🚶

# fitup

SMART GYM

Horario de actividades **FITUP POZUELO.**  
Vigente a partir del **9 NOVIEMBRE** de 2020

NIVEL DE INTENSIDAD DE LAS ACTIVIDADES

 **BAJA**

PILATES  
FITUP A BAILAR  
FITBALANCE

 **MEDIA**

CICLO VIRTUAL  
STEP  
GAP  
ABD  
INDOOR WALKING

 **ALTA**

TBC  
CICLO  
AEROBOX  
BODYFIT  
CROSS CIRCUIT  
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.