

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
07:15 - 08:00	CICLO	BODY FIT	TBC	CICLO	CICLO
08:15 - 09:00	CICLO	CICLO	CICLO	CICLO	CICLO
09:15 - 10:00	CICLO	CICLO	CICLO	CICLO	CICLO
10:30 - 11:15	SHOT A BAILAR	FIT BALANCE	TBC	BODY FIT	PILATES
11:30 - 12:15	CICLO	BODY FIT	CICLO	SHOT A BAILAR	TBC
13:00 - 13:30	SHOT CIRCUIT	SHOT CIRCUIT	SHOT CIRCUIT		
13:30-14:00	ABD	CROSS CIRCUIT	GAP		
14:00-14:30	CROSS CIRCUIT	GAP	ABD	CROSS CIRCUIT	
14:30 - 15:15	BODY FIT	CICLO	CICLO	CICLO	CICLO
17:15-18:00	PILATES	CICLO	PILATES	CICLO	SHOT A BAILAR
18:00-18:55	SHOT CIRCUIT	SHOT CIRCUIT	SHOT CIRCUIT		
18:10-18:55	STEP	SHOT A BAILAR	BODYFIT	CICLO	PILATES
18:30-19:00	SHOT CIRCUIT	SHOT CIRCUIT	SHOT CIRCUIT		
19:00 - 19:30	GAP	CROSS CIRCUIT	ABD		
19:05-19:50	CICLO	BODYFIT	SHOT A BAILAR	AEROBOX	CICLO
19:30-20:00	CROSS CIRCUIT	ABD	GAP		
20:00 -20:30	ABD	GAP	CROSS CIRCUIT		
20:00 -20:45	SHOT A BAILAR	AEROBOX	CICLO	PILATES	
20:55 -21:40	CICLO	TBC	PILATES	BODYFIT	

	SÁBADO	DOMINGO
10:00	TBC	
11:00	PILATES	
12:00 - 12:45	CICLO	CICLO
13:00 - 13:45	CICLO	CICLO
18:00 - 18:45	CICLO	
19:00 - 19:45	CICLO	



Horario de actividades **FITUP SHOT RETIRO**
Vigente a partir del 2 de Mayo de 2021

NIVEL DE INTENSIDAD DE LAS ACTIVIDADES

BAJA

PILATES
SHOT A BAILAR
FITBALANCE

MEDIA

CICLO VIRTUAL
STEP
GAP
ABD

ALTA

TBC
CICLO
AEROBOX
BODYFIT
CROSS CIRCUIT
SHOT 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.