

	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 🔊	CICLO 🔊
09:30	BODY FIT	FIT BALANCE		PILATES	FITUP A BAILAR
10:15	CICLO 🔊	CICLO 🔊	CICLO 🔊	CICLO 🔊	CICLO 🔊
10:30		STEP	BODY FIT		TBC
11:00	INDOOR WALKING 🔊	INDOOR WALKING 🔊	INDOOR WALKING 🔊	INDOOR WALKING 🔊	INDOOR WALKING 🔊
12:15	CICLO 🔊	CICLO 🔊	CICLO 🔊	CICLO 🔊	CICLO 🔊
14:00	ABD	CROSS CIRCUIT	GAP		
14:15	CICLO 🔊	CICLO 🔊	CICLO 🔊	CICLO 🔊	CICLO 🔊
14:30	CROSS CIRCUIT	GAP	ABD		
15:00	INDOOR WALKING 🔊	INDOOR WALKING 🔊	INDOOR WALKING 🔊	INDOOR WALKING 🔊	INDOOR WALKING 🔊
15:15	CICLO 🔊	CICLO 🔊	CICLO 🔊	CICLO 🔊	CICLO 🔊
18:00	STEP	FITUP CIRCUIT	PILATES	BODY FIT	CICLO 🔊
	FITUP CIRCUIT		FITUP CIRCUIT		
	CICLO 🔊	CICLO	CICLO 🔊	CICLO 🔊	
	INDOOR WALKING 🔊	INDOOR WALKING 🔊	INDOOR WALKING 🔊	INDOOR WALKING 🔊	INDOOR WALKING 🔊
18:30	FITUP CIRCUIT	FITUP CIRCUIT	FITUP CIRCUIT		
19:00	BODY FIT	PILATES	FITUP A BAILAR	FIT BALANCE	CICLO 🔊
	CROSS CIRCUIT	GAP	ABD		
	CICLO	CICLO	CICLO	CICLO	
	INDOOR WALKING 🔊	INDOOR WALKING 🔊	INDOOR WALKING 🔊	INDOOR WALKING 🔊	INDOOR WALKING 🔊
19:30	GAP	ABD	CROSS CIRCUIT		
20:00	FITUP A BAILAR	BODY FIT	AEROBOX	TBC	CICLO 🔊
	ABD	CROSS CIRCUIT	GAP		
	CICLO	CICLO 🔊	CICLO	CICLO 🔊	
	INDOOR WALKING 🔊	INDOOR WALKING 🔊	INDOOR WALKING 🔊	INDOOR WALKING 🔊	INDOOR WALKING 🔊
20:30	CROSS CIRCUIT	GAP	ABD		
21:00	CICLO 🔊	CICLO 🔊	CICLO 🔊	CICLO 🔊	CICLO 🔊

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



Horario de actividades FITUP POZUELO.  
Vigente a partir del 12 abril de 2021

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.