

	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	TBC
10:15	CICLO 🔗	CICLO 🔗	CICLO 🔗	CICLO 🔗	CICLO 🔗
10:30		AEROBOX	BODY FIT		
11:00	INDOOR WALKING 🔗	INDOOR WALKING 🔗	INDOOR WALKING 🔗	INDOOR WALKING 🔗	INDOOR WALKING 🔗
11:30			FITUP A BAILAR		
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	FITUP CIRCUIT	FITUP CIRCUIT	BODY FIT	CICLO 🔗	CICLO 🔗
	CICLO	CICLO	FITUP CIRCUIT		
	INDOOR WALKING 🔗	INDOOR WALKING 🔗	CICLO 🔗		
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	ABD	BODY FIT	GAP	TBC	CICLO 🔗
	CICLO	CROSS CIRCUIT	CICLO	CICLO 🔗	
	INDOOR WALKING 🔗	CICLO 🔗	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 28 de junio 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.