

| | LUNES | MARTES | MIÉRCOLES | JUEVES | VIERNES |
|-------|------------------|------------------|------------------|------------------|------------------|
| 07:15 | CICLO 🔴 | CICLO 🔴 | CICLO 🔴 | CICLO 🔴 | CICLO 🔴 |
| 08:15 | CICLO 🔴 | CICLO 🔴 | CICLO | | CICLO |
| 09:30 | CICLO | CICLO | INDOOR WALKING 🔴 | CICLO | CICLO 🔴 |
| 10:30 | PILATES | BODY FIT | FIT BALANCE | FITUP A BAILAR | TBC |
| 11:00 | CICLO 🔴 | CICLO 🔴 | CICLO 🔴 | CICLO 🔴 | CICLO 🔴 |
| | INDOOR WALKING 🔴 | | | | INDOOR WALKING 🔴 |
| 11:30 | | | | | PILATES |
| 14:30 | CROSS CIRCUIT | ABD | CROSS CIRCUIT | | |
| 15:00 | CICLO 🔴 | CICLO 🔴 | CICLO 🔴 | CICLO 🔴 | CICLO 🔴 |
| | INDOOR WALKING 🔴 | | INDOOR WALKING 🔴 | | |
| 18:00 | | PILATES | INDOOR WALKING 🔴 | BODY FIT | |
| 18:15 | CICLO 🔴 | CICLO 🔴 | | CICLO 🔴 | INDOOR WALKING 🔴 |
| 18:30 | FITUP CIRCUIT | FITUP CIRCUIT | FITUP CIRCUIT | | |
| 19:00 | TBC | | BODY FIT | FITUP A BAILAR | FIT BALANCE |
| 19:15 | CICLO | CICLO | CICLO 🔴 | CICLO 🔴 | CICLO 🔴 |
| | INDOOR WALKING 🔴 | INDOOR WALKING 🔴 | FITUP CIRCUIT | INDOOR WALKING 🔴 | |
| 20:00 | | BODY FIT | PILATES | AEROBOX | |
| 20:15 | CICLO | CICLO | CICLO | CICLO | |
| | CROSS CIRCUIT | GAP | CROSS CIRCUIT | | |
| 21:00 | FITUP A BAILAR | FITUP A BAILAR | | | |

| | SÁBADO | DOMINGO |
|-------|------------------|------------------|
| 12:00 | CICLO 🔴 | INDOOR WALKING 🔴 |
| 13:00 | INDOOR WALKING 🔴 | CICLO 🔴 |
| 18:00 | CICLO 🔴 | |
| 18:45 | INDOOR WALKING 🔴 | |



Horario de actividades **FITUP ÁVILA**
Vigente desde 26 de julio de 2021

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.