

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

	SÁBADO	DOMINGO
11:00	FITUP A BAILAR	CICLO 
12:00	CICLO	CICLO 
18:00	CICLO 	
19:00	CICLO 	



Horario de actividades FITUP LAS ROSAS
Vigente a partir del 1 de octubre 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.