

	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	AEROBOX	BODY FIT	PILATES		
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 25 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.