

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
09:00	CICLO 	CICLO 	CICLO	CICLO 	CICLO 
09:30	PILATES	BODY FIT	PILATES	FITUP A BAILAR	FIT BALANCE
10:00	CICLO 	CICLO 	CICLO 	CICLO 	CICLO 
	INDOOR WALKING 	INDOOR WALKING 	INDOOR WALKING 	INDOOR WALKING 	INDOOR WALKING 
10:30	FITUP A BAILAR		BODY FIT	TBC	
13:30	CROSS CIRCUIT	GAP	ABD		
14:00	CICLO 	CICLO 	CICLO 	CICLO 	CICLO 
18:00	PILATES	TBC	FIT BALANCE	CICLO 	ABD
	CICLO	CICLO 	CICLO 		
18:30					FITUP CIRCUIT
19:00	BODY FIT	PILATES	TBC	AERODANCE	FITUP A BAILAR
	CICLO 	CICLO 	CICLO	CICLO 	CICLO 
19:30	GAP	GAP	GAP		
20:00	FITUP A BAILAR	BODY FIT	FITUP A BAILAR	AEROBOX	BODY FIT
	ABD	ABD	ABD		CICLO 
	CICLO	CICLO	CICLO 		
20:30	ABD				
21:00	BODY FIT				

	SÁBADO	DOMINGO
12:00	CICLO 	CICLO 
13:00	CICLO 	CICLO 



Horario de actividades **FITUP SALAMANCA**
Vigente a partir del 25 de octubre del 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.