

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
07:30	CICLO 🚴	CICLO 🚴	CICLO 🚴	CICLO 🚴	CICLO 🚴
08:30	CICLO 🚴	CICLO 🚴	CICLO 🚴	CICLO 🚴	CICLO 🚴
09:15	TBC	STEP	BODY FIT	AEROBOX	BODY FIT
09:30	CICLO 🚴	CICLO 🚴	CICLO 🚴	CICLO 🚴	CICLO 🚴
10:15	STEP	BODY FIT	FITUP A BAILAR	BODY FIT	STEP
10:30	CICLO 🚴	CICLO	CICLO 🚴	CICLO 🚴	CICLO 🚴
11:15	FIT BALANCE	PILATES	FIT BALANCE	PILATES	FITUP A BAILAR
14:15	CROSS CIRCUIT	GAP	CROSS CIRCUIT		
14:30	CICLO 🚴	CICLO 🚴	CICLO 🚴	CICLO 🚴	CICLO 🚴
14:40	ABD	ABD	ABD		
15:30	CICLO 🚴	CICLO 🚴	CICLO 🚴	CICLO 🚴	CICLO 🚴
18:00	TBC	BODY FIT	AEROBOX	TBC	STEP
18:15	CICLO 🚴	CICLO 🚴	CICLO 🚴	CICLO 🚴	CICLO 🚴
18:30	SHOT CIRCUIT	SHOT CIRCUIT	SHOT CIRCUIT		
19:00	PILATES	FITUP A BAILAR	PILATES	STEP	FITUP A BAILAR
	CROSS CIRCUIT	GAP	CROSS CIRCUIT		
19:15	CICLO	CICLO	CICLO	CICLO	CICLO 🚴
19:30	ABD	ABD	ABD		
20:00	FITUP A BAILAR	STEP	FITUP A BAILAR	BODY FIT	BOXEO
	GAP	CROSS CIRCUIT	GAP		
20:15	CICLO	CICLO 🚴	CICLO	CICLO 🚴	CICLO 🚴
21:00	CICLO 🚴	BOXEO	CICLO 🚴	BOXEO	CICLO 🚴
		CICLO 🚴		CICLO 🚴	

	SÁBADO	DOMINGO
11:00	CICLO 🚴	CICLO 🚴
12:00	CICLO 🚴	
18:00	CICLO 🚴	
19:00	CICLO 🚴	



Horario de actividades
FITUP VILLANUEVA DE LA CAÑADA
VIGENTE DESDE 22 de noviembre 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.