

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
07:15	CICLO 📺	CICLO 📺	CICLO 📺	CICLO 📺	CICLO 📺
08:15	CICLO 📺	CICLO 📺	CICLO 📺	CICLO 📺	CICLO 📺
09:15	INDOOR WALKING 📺	INDOOR WALKING 📺	INDOOR WALKING 📺	INDOOR WALKING 📺	INDOOR WALKING 📺
09:30	BODY FIT	FITUP A BAILAR	AEROBOX	CICLO	FITUP A BAILAR
10:30	PILATES	CICLO	TBC	BODYFIT	FIT BALANCE
14:15	CROSS CIRCUIT	ABD	GAP		
14:30	CICLO 📺	CICLO 📺	CICLO 📺	CICLO 📺	CICLO 📺
14:45	INDOOR WALKING 📺	INDOOR WALKING 📺	INDOOR WALKING 📺	INDOOR WALKING 📺	INDOOR WALKING 📺
18:00	CICLO INDOOR WALKING 📺	STEP INDOOR WALKING 📺 CICLO 📺	BODY FIT INDOOR WALKING 📺	FIT BALANCE INDOOR WALKING 📺 CICLO 📺	INDOOR WALKING 📺
18:30	FITUP CIRCUIT	FITUP CIRCUIT	FITUP CIRCUIT		CICLO 📺
19:00	FITUP CIRCUIT BODY FIT CICLO	FITUP CIRCUIT AEROBOX CICLO	FITUP CIRCUIT PILATES CICLO	CICLO	
19:30	CROSS CIRCUIT	ABD	CROSS CIRCUIT		
20:00	PILATES CICLO GAP	BODY FIT CICLO BOXEO	FITUP A BAILAR CICLO	TBC CICLO 📺 BOXEO	CICLO 📺 INDOOR WALKING 📺

	SÁBADO	DOMINGO
12:30	CICLO 📺	CICLO 📺
13:30	INDOOR WALKING 📺	INDOOR WALKING 📺
17:30	INDOOR WALKING 📺	
18:30	CICLO 📺	



Horario de actividades
FITUP EQUINOCCIO MAJADAHONDA
 Vigente a partir del 12 de noviembre 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.