

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
07:30	CICLO 🏠	CICLO 🏠	CICLO 🏠	CICLO 🏠	CICLO 🏠
08:30	CICLO 🏠	CICLO 🏠	CICLO 🏠	CICLO 🏠	CICLO 🏠
09:30	BODY HIIT	BAILE FIT	AEROBOX	CICLO	BAILE FIT
	INDOOR WALKING 🏠	INDOOR WALKING 🏠	INDOOR WALKING 🏠	INDOOR WALKING 🏠	INDOOR WALKING 🏠
10:30	PILATES	CICLO	CROSS HIIT	BODY HIIT	PILATES
14:15	CROSS CIRCUIT	ABD	GAP		
14:30	CICLO 🏠	CICLO 🏠	CICLO 🏠	CICLO 🏠	CICLO 🏠
15:00	INDOOR WALKING 🏠	INDOOR WALKING 🏠	INDOOR WALKING 🏠	INDOOR WALKING 🏠	INDOOR WALKING 🏠
18:00	PILATES	BAILE FIT	PILATES	FIT BALANCE	INDOOR WALKING 🏠
	ABD	CICLO 🏠	ABD	CICLO	
	CICLO	INDOOR WALKING 🏠	INDOOR WALKING 🏠	INDOOR WALKING 🏠	
	INDOOR WALKING 🏠	FITUP CIRCUIT	INDOOR WALKING 🏠	INDOOR WALKING 🏠	
18:30	FITUP CIRCUIT	GAP	FITUP CIRCUIT		CICLO 🏠
19:00	BODY HIIT	CROSS HIIT	CROSS HIIT	CROSS HIIT	
	CICLO	CICLO	CICLO	CICLO	
20:00	AEROBOX	BODY HIT	STEP FUNCIONAL	BODY HIIT	CICLO 🏠
	CICLO	CICLO	CICLO	CICLO 🏠	INDOOR WALKING 🏠
		BOXEO		BOXEO	

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

# fitup SMART GYM

**Horario de actividades**  
**FITUP EQUINOCCIO MAJADAHONDA**  
**Vigente a partir del 14 DE FEBRERO DE 2022**

NIVEL DE INTENSIDAD DE LAS ACTIVIDADES

**🔥 BAJA**  
PILATES  
FIT BALANCE  
BAILE FIT  
AERODANCE

**🔥🔥 MEDIA**  
INDOOR WALKING  
CICLO VIRTUAL  
STEP FUNCIONAL  
GAP  
ABD

**🔥🔥🔥 ALTA**  
CROSS HIIT  
CICLO  
AEROBOX  
BODY HIIT  
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.