

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
07:15	CICLO	CICLO	CICLO	CICLO	CICLO
08:15	CICLO	CICLO	CICLO	CICLO	CICLO
09:30	PILATES	BAILE FIT	FIT BALANCE	BODY HIIT	CICLO
10:30	CROSS HIIT	CICLO	CICLO	CICLO	CICLO
11:30	CICLO	CICLO	CICLO	CICLO	CICLO
12:30	CICLO	CICLO	CICLO	CICLO	CICLO
14:30	GAP	ABD	GAP	CICLO	CICLO
	CICLO	CICLO	CICLO		
15:30	CICLO	CICLO	CICLO	CICLO	CICLO
18:00	SHOT CIRCUIT	SHOT CIRCUIT	SHOT CIRCUIT		
18:15	FIT BALANCE	CICLO	CICLO	CICLO	CICLO
18:30	GAP	ABD	GAP		
19:15	CICLO	AEROBOX	CICLO	CROSS HIIT	CICLO
20:15	CROSS HIIT	BAILE FIT	PILATES	BODY HIIT	CICLO
20:30	ABD	GAP	ABD		
21:15	CICLO	CICLO	CICLO	CICLO	CICLO

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



Horario de actividades FITUP SHOT  
**VENTAS MERCADO DE BAMI**  
**Vigente a partir del 8 DE AGOSTO DE 2022**

NIVEL DE INTENSIDAD DE LAS ACTIVIDADES

**BAJA**

PILATES  
 BAILE FIT  
 FITBALANCE

**MEDIA**

CICLO VIRTUAL  
 STEP FUNCIONAL  
 GAP  
 ABD

**ALTA**

CROSS HIIT  
 CICLO  
 AEROBOX  
 BODY HIIT  
 CROSS CIRCUIT  
 SHOT 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.