

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
07:00	CICLO 🚴	CICLO 🚴	CICLO 🚴	CICLO 🚴	CICLO 🚴
08:00	CICLO 🚴	CICLO 🚴	CICLO 🚴	CICLO 🚴	CICLO 🚴
09:15	CROSS HIIT	BODY HIIT	STEP FUNCIONAL	CROSS HIIT	BODY HIIT
10:00	CICLO 🚴	CICLO 🚴	CICLO	CICLO 🚴	CICLO 🚴
10:15	FIT BALANCE	AEROBOX	BAILE FIT	PILATES	STEP FUNCIONAL
11:00	CICLO 🚴	CICLO 🚴	CICLO 🚴	CICLO 🚴	CICLO 🚴
14:30	ABD	GAP	BODY HIIT	CICLO 🚴	CICLO 🚴
	CICLO 🚴	CICLO 🚴	CICLO 🚴		
15:30	CICLO 🚴	CICLO 🚴	CICLO 🚴	CICLO 🚴	CICLO 🚴
17:00	PILATES				
18:00	BAILE FIT	BAILE FIT	STEP FUNCIONAL	PILATES	BAILE FIT
	ABD	GAP	ABD		
	CICLO 🚴	CICLO 🚴	CICLO 🚴	CICLO 🚴	CICLO 🚴
18:30	FITUP CIRCUIT	FITUP CIRCUIT	FITUP CIRCUIT		
19:00	STEP FUNCIONAL	AEROBOX	PILATES	AEROBOX	PILATES
	CICLO	CICLO	CICLO	CICLO	CICLO 🚴
20:00	CROSS HIIT	CROSS HIIT	BAILE FIT	BODY HIIT	CICLO 🚴
	CICLO	CICLO 🚴	CICLO	CICLO 🚴	
21:00	PILATES	CICLO 🚴	BODY HIIT	CICLO 🚴	CICLO 🚴
	BOXEO		BOXEO		
	CICLO 🚴		CICLO 🚴		

	SÁBADO	DOMINGO
10:00	CROSS HIIT	
11:00	CICLO	CICLO 🚴
12:00	CICLO 🚴	
18:00	CICLO 🚴	
19:00	CICLO 🚴	



Horario de actividades **FITUP GALAPAGAR**
Vigente desde el 5 de septiembre 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.