

	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	FIT BALANCE
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	INDOOR WALKING	INDOOR WALKING	INDOOR WALKING	
	INDOOR WALKING	FITUP CIRCUIT	INDOOR WALKING		
18:30	FITUP CIRCUIT	GAP	FITUP CIRCUIT		CICLO
19:00	BODY HIIT	CROSS HIIT	STEP FUNCIONAL	CROSS HIIT	
	CICLO	CICLO	CICLO	CICLO	
20:00	AEROBOX	BODY HIT	CROSS HIIT	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 NOVIEMBRE 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.