

	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 HIIT	CROSS HIIT	BODY HIIT	CICLO 📺
	CICLO	CICLO	CICLO	CICLO	INDOOR WALKING 📺

	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 2 DE ENERO DE 2023

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.