

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

	SÁBADO	DOMINGO
12:00	CICLO	CICLO
13:00	INDOOR WALKING	INDOOR WALKING
18:00	INDOOR WALKING	
18:30	CICLO	



Horario de actividades **FITUP ALBACETE**
Vigente a partir del 07 de febrero 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.