

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

| | SÁBADO | DOMINGO |
|-------|----------------|----------------|
| 11:30 | CICLO | CICLO |
| | CROSS HIIT | |
| 12:30 | BAILE FIT | |
| 13:00 | CICLO | CICLO |
| | INDOOR WALKING | INDOOR WALKING |
| 18:00 | INDOOR WALKING | |
| 18:30 | CICLO | |



Horario de actividades FITUP ALBERTO AGUILERA
VIGENCIA DESDE 06 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.