

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
07:15	CICLO 🚴	CICLO 🚴	CICLO 🚴	CICLO 🚴	CICLO 🚴
	INDOOR WALKING 🚶	INDOOR WALKING 🚶	INDOOR WALKING 🚶	INDOOR WALKING 🚶	INDOOR WALKING 🚶
08:15	CICLO 🚴	CICLO 🚴	CICLO 🚴	CICLO 🚴	CICLO 🚴
	INDOOR WALKING 🚶	INDOOR WALKING 🚶	INDOOR WALKING 🚶	INDOOR WALKING 🚶	INDOOR WALKING 🚶
09:30	PILATES	CROSS HIIT	PILATES	CROSS HIIT	AEROBOX
	CICLO 🚴	CICLO 🚴	CICLO 🚴	CICLO 🚴	
	INDOOR WALKING 🚶	INDOOR WALKING 🚶	INDOOR WALKING 🚶	INDOOR WALKING 🚶	INDOOR WALKING 🚶
10:30	BODY HIIT	BAILE FIT	AEROBOX CICLO 🚴	FIT BALANCE	BODY HIIT
11:30	CICLO 🚴	CICLO 🚴	CICLO 🚴	CICLO 🚴	CICLO 🚴
	INDOOR WALKING 🚶	INDOOR WALKING 🚶	INDOOR WALKING 🚶	INDOOR WALKING 🚶	INDOOR WALKING 🚶
12:30	CICLO 🚴	CICLO 🚴	CICLO 🚴	CICLO 🚴	CICLO 🚴
	INDOOR WALKING 🚶	INDOOR WALKING 🚶	INDOOR WALKING 🚶	INDOOR WALKING 🚶	INDOOR WALKING 🚶
14:10	CROSS CIRCUIT	ABD	GAP		
14:30	CICLO 🚴	CICLO 🚴	CICLO 🚴	CICLO 🚴	CICLO 🚴
	INDOOR WALKING 🚶	INDOOR WALKING 🚶	INDOOR WALKING 🚶	INDOOR WALKING 🚶	INDOOR WALKING 🚶
14:40	ABD	GAP	CROSS CIRCUIT		
15:30	CICLO 🚴	CICLO 🚴	CICLO 🚴	CICLO 🚴	CICLO 🚴
17:00	FITUP CIRCUIT	FITUP CIRCUIT	FITUP CIRCUIT		
18:00	BAILE FIT	BODY HIIT	PILATES	BODY HIIT	AEROBOX
	CICLO	CICLO 🚴	CICLO	CICLO 🚴	CICLO 🚴
	INDOOR WALKING 🚶	INDOOR WALKING 🚶	INDOOR WALKING 🚶	INDOOR WALKING 🚶	INDOOR WALKING 🚶
19:00	BODY HIIT	CROSS HIIT	CROSS HIIT	BAILE FIT	FIT BALANCE
	CICLO	CICLO	CICLO	CICLO 🚴	CICLO 🚴
20:00	PILATES	AEROBOX	BODY HIIT	CROSS HIIT	
	CICLO 🚴	CICLO	CICLO 🚴	CICLO 🚴	CICLO 🚴
20:30	ABD	GAP	ABD		
21:00	CICLO 🚴	CICLO 🚴	CICLO 🚴	CICLO 🚴	CICLO 🚴

	SÁBADO	DOMINGO
11:00	CICLO 🚴	CICLO 🚴
12:00	INDOOR WALKING 🚶	INDOOR WALKING 🚶
18:00	CICLO 🚴	
	INDOOR WALKING 🚶	
19:00	CICLO 🚴	
	INDOOR WALKING 🚶	



Horario de actividades FITUP VIC
VIGENCIA 08 DE MARZO 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
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.