

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
07:15	CICLO 	CICLO 	CICLO 	CICLO 	CICLO 
09:30	BODY HIIT	PILATES	CROSS HIIT	CICLO 	CICLO 
10:30	CICLO 	CICLO 	CICLO 	CICLO 	CICLO 
12:30	CICLO 	CICLO 	CICLO 	CICLO 	CICLO 
14:30	GAP	CROSS CIRCUIT	ABD	CICLO 	CICLO 
	CICLO 	CICLO 	CICLO 		
15:30	CICLO 	CICLO 	CICLO 	CICLO 	CICLO 
18:00	FITUP CIRCUIT	FITUP CIRCUIT	FITUP CIRCUIT		
18:30	CICLO	CICLO 	CICLO 	CICLO 	CICLO 
	GAP	ABD	GAP		
19:30	BODY HIIT	PILATES	CICLO	BODY HIIT	CICLO 
20:30	CROSS HIIT	CROSS HIIT	BODY HIIT	CROSS HIIT	CICLO 
21:30	CICLO 	CICLO 	CICLO 	CICLO 	CICLO 

	SÁBADO	DOMINGO
13:00	CICLO 	CICLO 
17:30	CICLO 	



Horario de actividades FITUP POZUELO.
Vigente 26 de junio al 03 de septiembre de 2023

NIVEL DE INTENSIDAD DE LAS ACTIVIDADES

 BAJA

PILATES

FITBALANCE

 MEDIA

CICLO VIRTUAL

STEP FUNCIONAL

GAP

ABD

INDOOR WALKING

 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.