

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
07:15	CICLO 🔗	CICLO 🔗	CICLO 🔗	CICLO 🔗	CICLO 🔗
08:15	CICLO 🔗	CICLO 🔗	CICLO 🔗	CICLO 🔗	CICLO 🔗
09:30	BODY HIIT	CICLO	PILATES	CROSS HIIT	BAILE FIT
	CICLO 🔗		CICLO 🔗	CICLO 🔗	CICLO 🔗
	INDOOR WALKING 🔗	INDOOR WALKING 🔗	INDOOR WALKING 🔗	INDOOR WALKING 🔗	INDOOR WALKING 🔗
10:30	CICLO 🔗	CICLO 🔗	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 🔗
18:00	GAP	FITUP CIRCUIT	GAP		
18:15	CICLO 🔗	PILATES	BAILE FIT	CICLO 🔗	CICLO 🔗
	INDOOR WALKING 🔗	INDOOR WALKING 🔗	CICLO 🔗		
18:30	FITUP CIRCUIT	ABD	FITUP CIRCUIT		
19:15	BODY HIIT	CROSS HIIT	BODY HIIT	BODY HIIT	CICLO 🔗
	CICLO	CICLO	CICLO	CICLO	
	INDOOR WALKING 🔗	INDOOR WALKING 🔗	INDOOR WALKING 🔗	INDOOR WALKING 🔗	INDOOR WALKING 🔗
20:15	BAILE FIT	BODY HIIT	CROSS HIIT	INDOOR WALKING 🔗	INDOOR WALKING 🔗
	INDOOR WALKING 🔗	INDOOR WALKING 🔗	INDOOR WALKING 🔗		
20:30	CICLO	CICLO	CICLO	CICLO 🔗	CICLO 🔗
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 de verano de
FITUP ALBACETE
 Vigente desde el 17 de julio al 17 septiembre 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.