

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

	SÁBADO	DOMINGO
12:00	CICLO	INDOOR WALKING
13:00	INDOOR WALKING	CICLO
18:00	CICLO	
18:45	INDOOR WALKING	



Horario de actividades de verano de
FITUP ÁVILA

Vigente del 3 de Julio al 3 de 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
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.