





















































	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
07:15	CICLO 	CICLO 	CICLO 	CICLO 	CICLO 
	INDOOR WALKING 	INDOOR WALKING 	INDOOR WALKING 	INDOOR WALKING 	INDOOR WALKING
09:30	CICLO	BODY HIIT	CROSS HIIT	BODY HIIT	CROSS HIIT
		CICLO 	CICLO 	CICLO 	CICLO 
10:30	PILATES	CICLO	PILATES	CICLO 	CICLO 
	CICLO 		CICLO 		
14:15	CROSS CIRCUIT	GAP	ABD		
14:30	CICLO 	CICLO 	CICLO 	CICLO 	CICLO 
	INDOOR WALKING 	INDOOR WALKING 	INDOOR WALKING 	INDOOR WALKING 	INDOOR WALKING
15:30	CICLO 	CICLO 	CICLO 	CICLO 	CICLO 
17:30	FITUP CIRCUIT	FITUP CIRCUIT	FITUP CIRCUIT		
18:00	PILATES	CROSS HIIT	BODY HIIT	CICLO 	CICLO 
	CICLO 	CICLO 	CICLO 		
	ABD	CROSS CIRCUIT	GAP	PILATES	
19:00	BODY HIIT	CICLO	CICLO	BODY HIIT	CICLO 
	CICLO 			CICLO 	
20:00	CICLO 	PILATES	CROSS HIIT	CICLO 	CICLO 
21:00	CICLO 	CICLO 	CICLO 	CICLO 	CICLO 
	INDOOR WALKING 	INDOOR WALKING 	INDOOR WALKING 	INDOOR WALKING 	INDOOR WALKING 

	SÁBADO	DOMINGO
12:00	CICLO 	CICLO 
18:00	CICLO 	
19:00	CICLO 	

fitup

SMART GYM

Horario de actividades de verano de
FITUP SAN PASCUAL.

Vigente del 14 de agosto al 3 de septiembre de 2023

NIVEL DE INTENSIDAD DE LAS ACTIVIDADES

 **BAJA**

PILATES
BAILE FIT
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.