

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

	SÁBADO	DOMINGO
10:00	CROSS HIIT	
11:00	CICLO	CICLO 🚴
12:00	CICLO 🚴	
18:00	CICLO 🚴	
19:00	CICLO 🚴	



Horario de actividades **FITUP GALAPAGAR**
Vigente desde el 4 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

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.