



















































| | 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 | BAILE FIT | FIT BALANCE |
| | CICLO  | CICLO  | CICLO  | CICLO  | CICLO  |
| 10:30 | PILATES | BAILE FIT | PILATES | BODY HIIT | CROSS HIIT |
| | CICLO  | 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 | BAILE FIT | PILATES | BODY HIIT | FIT BALANCE | BODY HIIT |
| | CICLO  | CICLO  | CICLO  | CICLO  | CICLO  |
| | ABD | CROSS CIRCUIT | GAP | | |
| 19:00 | BODY HIIT | CROSS HIIT | BAILE FIT | BODY HIIT | PILATES |
| | CICLO | CICLO | CICLO | CICLO | CICLO  |
| 20:00 | AEROBOX | BODY HIIT | CROSS HIIT | CROSS HIIT | CICLO  |
| | CICLO | CICLO  | 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  | |



Horario de actividades FITUP SAN PASCUAL.
Vigente a partir del 4 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.