

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
07:15	CICLO 🔴	CICLO 🔴	CICLO 🔴	CICLO 🔴	CICLO 🔴
08:15	CICLO 🔴	CICLO 🔴	CICLO 🔴	CICLO 🔴	CICLO 🔴
09:30	BODY HIIT 🔴	FIT BALANCE 🔵	CROSS HIIT 🔴	CICLO 🔴	BODY HIIT 🔴
	CICLO 🔴		CICLO 🔴		CICLO 🔴
	INDOOR WALKING 🔴	INDOOR WALKING 🔴	INDOOR WALKING 🔴	INDOOR WALKING 🔴	INDOOR WALKING 🔴
10:30	CICLO 🔴	BODY HIIT 🔴	PILATES 🔵	BODY HIIT 🔴	BAILE FIT 🔴
		CICLO 🔴	CICLO 🔴	CICLO 🔴	CICLO 🔴
	INDOOR WALKING 🔴	INDOOR WALKING 🔴	INDOOR WALKING 🔴	INDOOR WALKING 🔴	INDOOR WALKING 🔴
11:30	CICLO 🔴	CICLO 🔴	CICLO 🔴	CICLO 🔴	CICLO 🔴
14:30	CROSS CIRCUIT 🔴	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	PILATES 🔵	BODY HIIT 🔴	BAILE FIT 🔴	BODY HIIT 🔴	CICLO 🔴
	CICLO 🔴	CICLO 🔴	CICLO 🔴	CICLO 🔴	
	INDOOR WALKING 🔴	INDOOR WALKING 🔴	INDOOR WALKING 🔴	INDOOR WALKING 🔴	INDOOR WALKING 🔴
18:30	FITUP CIRCUIT 🔴	ABD 🔴	FITUP CIRCUIT 🔴		
19:15	BODY HIIT 🔴	CROSS HIIT 🔴	CROSS HIIT 🔴	CROSS HIIT 🔴	CICLO 🔴
	CICLO 🔴	CICLO 🔴	CICLO 🔴	CICLO 🔴	
	INDOOR WALKING 🔴	INDOOR WALKING 🔴	INDOOR WALKING 🔴	INDOOR WALKING 🔴	INDOOR WALKING 🔴
20:15	BAILE FIT 🔴	FIT BALANCE 🔵	BODY HIIT 🔴	INDOOR WALKING 🔴	INDOOR WALKING 🔴
	INDOOR WALKING 🔴	INDOOR WALKING 🔴	INDOOR WALKING 🔴		
20:15	CICLO 🔴	CICLO 🔴	CICLO 🔴	CICLO 🔴	CICLO 🔴
21:15	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 FITUP ALBACETE
Vigente a partir del 27 de noviembre 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.