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

	SÁBADO	DOMINGO
12:30	CICLO	CICLO
18:30	CICLO	

fitup SMART GYM

Horario de actividades
FITUP EQUINOCCIO MAJADAHONDA
Vigente a partir del 26 de febrero de 2024

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.