

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
7:15	CICLO	INDOOR WALKING	CICLO	INDOOR WALKING	CICLO
	INDOOR WALKING		INDOOR WALKING		INDOOR WALKING
9:30	CICLO	CICLO	CICLO	CICLO	CICLO
	INDOOR WALKING	INDOOR WALKING	INDOOR WALKING	INDOOR WALKING	INDOOR WALKING
10:30	PILATES	BAILE FIT	FIT BALANCE	BODY HIIT	CROSS HIIT
	INDOOR WALKING	INDOOR WALKING	INDOOR WALKING	INDOOR WALKING	INDOOR WALKING
11:30	BODY HIIT	CROSS HIIT	BODY HIIT	BAILE FIT	CICLO
	INDOOR WALKING	INDOOR WALKING	INDOOR WALKING	INDOOR WALKING	INDOOR WALKING
14:00	ABD				
14:10	BAILE FIT	BODY HIIT	CICLO	CROSS HIIT	PILATES
	INDOOR WALKING	INDOOR WALKING	INDOOR WALKING	INDOOR WALKING	INDOOR WALKING
14:30	CROSS CIRCUIT	GAP	CROSS CIRCUIT	ABD	
15:10	CICLO	CICLO	CICLO	CICLO	CICLO
	INDOOR WALKING	INDOOR WALKING	INDOOR WALKING	INDOOR WALKING	INDOOR WALKING
17:00	CROSS HIIT	PILATES	CICLO	BODY HIIT	BODY HIIT
	INDOOR WALKING	INDOOR WALKING	INDOOR WALKING	INDOOR WALKING	INDOOR WALKING
18:00	FITUP CIRCUIT	FITUP CIRCUIT	FITUP CIRCUIT	CICLO	BAILE FIT
	CICLO	CICLO	PILATES		INDOOR WALKING
	INDOOR WALKING	INDOOR WALKING	INDOOR WALKING	INDOOR WALKING	INDOOR WALKING
18:30	GAP	CROSS CIRCUIT	ABD	CROSS CIRCUIT	
19:00	BAILE FIT	BODY HIIT	BODY HIIT	BAILE FIT	PILATES
	INDOOR WALKING	INDOOR WALKING	INDOOR WALKING	INDOOR WALKING	INDOOR WALKING
20:00	BODY HIIT	CICLO	CROSS HIIT	AEROBOX	CICLO
	INDOOR WALKING	INDOOR WALKING	INDOOR WALKING	INDOOR WALKING	INDOOR WALKING
21:00	PILATES	BODY HIIT	CICLO	BODY HIIT	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	CICLO	
19:00	INDOOR WALKING	



Horario de actividades FITUP SAN MIGUEL
Vigencia 12 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
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.