

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
07:30	CICLO 🚴	CICLO 🚴	CICLO 🚴	CICLO 🚴	CICLO 🚴
08:30	CICLO 🚴	CICLO 🚴	CICLO 🚴	CICLO 🚴	CICLO 🚴
09:30	STEP FUNCIONAL	CROSS HIIT	BODY HIIT	CROSS HIIT	BAILE FIT
10:30	CICLO 🚴 BODY HIIT	CICLO 🚴 FIT BALANCE	CICLO	CICLO 🚴 PILATES	CICLO 🚴 STEP FUNCIONAL
11:30	CICLO 🚴	CICLO 🚴	CICLO 🚴	CICLO 🚴	CICLO 🚴
14:30	FITUP CIRCUIT CICLO 🚴	GAP CICLO 🚴	BODY HIIT CICLO 🚴	CICLO 🚴	CICLO 🚴
15:30	CICLO 🚴	CICLO 🚴	CICLO 🚴	CICLO 🚴	CICLO 🚴
17:00	PILATES	BODY HIIT	PILATES		
18:00	BAILE FIT GAP CICLO	PILATES ABD CICLO 🚴	BAILE FIT GAP CICLO 🚴	PILATES CICLO 🚴	BODY HIIT CICLO 🚴
18:30	FITUP CIRCUIT	FITUP CIRCUIT	FITUP CIRCUIT		
19:00	STEP FUNCIONAL CICLO	AEROBOX CICLO	BODY HIIT CICLO	CROSS HIIT CICLO	PILATES CICLO 🚴
20:00	CROSS HIIT CICLO	BODY HIIT CICLO	STEP FUNCIONAL CICLO	BODY HIIT CICLO	CICLO 🚴
21:00	BODY HIIT CICLO 🚴	CROSS HIIT CICLO 🚴	BODY HIIT 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 8 de Abril 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.