

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
07:15	CICLO	CICLO	CICLO	CICLO	CICLO
08:15	CICLO	CICLO	CICLO	CICLO	CICLO
09:30	PILATES	CROSS HIIT	PILATES	GAP	BODY HIIT
	CICLO	CICLO	CICLO	CICLO	CICLO
10:00				ABD	
10:30	BODY HIIT	GAP	BODY HIIT	CICLO	CICLO
	CICLO	CICLO	CICLO		
11:00		ABD			
11:30	CICLO	CICLO	CICLO	CICLO	CICLO
12:30	CICLO	CICLO	CICLO	CICLO	CICLO
14:10	CROSS CIRCUIT	ABD	GAP		
14:30	CICLO	CICLO	CICLO	CICLO	CICLO
14:40	ABD	GAP	CROSS CIRCUIT		
15:30	CICLO	CICLO	CICLO	CICLO	CICLO
17:00	ABD	GAP	ABD		
18:00	BAILE FIT	BODY HIIT	PILATES	BODY HIIT	AEROBOX
	CICLO	CICLO	CICLO	CICLO	CICLO
19:00	BODY HIIT	CROSS HIIT	CROSS HIIT	CICLO	FIT BALANCE
	CICLO	CICLO	CICLO		CICLO
20:00	CICLO	PILATES	BODY HIIT	CROSS HIIT	CICLO
		CICLO	CICLO	CICLO	
21:00	CICLO	CICLO	CICLO	CICLO	CICLO

	SÁBADO	DOMINGO
11:00	CICLO	CICLO
18:00	CICLO	
19:00	CICLO	



Horario de actividades FITUP VIC  
VIGENCIA del 10 de junio de 2024

#### NIVEL DE INTENSIDAD DE LAS ACTIVIDADES

BAJA

PILATES  
FIT BALANCE  
BAILE FIT

MEDIA

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.