

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
07:15	CICLO 🔗	CICLO 🔗	CICLO 🔗	CICLO 🔗	CICLO 🔗
08:15	CICLO 🔗	CICLO 🔗	CICLO 🔗	CICLO 🔗	CICLO 🔗
09:30	BODY HIIT	PILATES	CROSS HIIT		
	CICLO 🔗	CICLO 🔗	CICLO 🔗	CICLO	CICLO 🔗
	INDOOR WALKING 🔗	INDOOR WALKING 🔗	INDOOR WALKING 🔗	INDOOR WALKING 🔗	INDOOR WALKING 🔗
10:30	CICLO 🔗	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		
	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	BODY HIIT	
	CICLO	CICLO	CICLO	CICLO 🔗	CICLO 🔗
	INDOOR WALKING 🔗	INDOOR WALKING 🔗	INDOOR WALKING 🔗	INDOOR WALKING 🔗	INDOOR WALKING 🔗
20:15	BAILE FIT	PILATES	CICLO 🔗	CICLO 🔗	CICLO 🔗
	CICLO 🔗	CICLO 🔗	INDOOR WALKING 🔗	INDOOR WALKING 🔗	INDOOR WALKING 🔗
	INDOOR WALKING 🔗	INDOOR WALKING 🔗			
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 verano **FITUP ALBACETE**  
Vigente del 1 de julio al 1 de septiembre del 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  
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.