

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
07:15	CICLO 🏠	CICLO 🏠	CICLO 🏠	CICLO 🏠	CICLO 🏠
09:30	PILATES	BODY HIIT	CICLO 🏠	CROSS HIIT	PILATES
10:30	CICLO 🏠	CICLO 🏠	CICLO 🏠	CICLO 🏠	CICLO 🏠
12:30	CICLO 🏠	CICLO 🏠	CICLO 🏠	CICLO 🏠	CICLO 🏠
14:30	CICLO 🏠 GAP	CICLO 🏠 CROSS CIRCUIT	CICLO 🏠 ABD	CICLO 🏠	CICLO 🏠
15:30	CICLO 🏠	CICLO 🏠	CICLO 🏠	CICLO 🏠	CICLO 🏠
18:00	FITUP CIRCUIT	FITUP CIRCUIT	FITUP CIRCUIT		
18:30	PILATES GAP	CICLO ABD	PILATES GAP	CICLO 🏠 CROSS HIIT	CICLO 🏠
19:30	CICLO	BODY HIIT	CICLO	CICLO	CICLO 🏠
20:30	BODY HIIT	CROSS HIIT	BODY HIIT		CICLO 🏠
21:30	CICLO 🏠	CICLO 🏠	CICLO 🏠	CICLO 🏠	CICLO 🏠

	SÁBADO	DOMINGO
13:00	CICLO 🏠	CICLO 🏠



Horario de actividades **FITUP POZUELO.**
Vigente del 1 de julio al 1 de septiembre de 2024

NIVEL DE INTENSIDAD DE LAS ACTIVIDADES

BAJA

PILATES
FITBALANCE

MEDIA

CICLO VIRTUAL
STEP FUNCIONAL
GAP
ABD
INDOOR WALKING

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.