

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
09:00	CICLO	CICLO	CICLO	CICLO	CICLO
09:30	BODY HIIT	CROSS HIIT	BODY HIIT		
10:00	CICLO	CICLO	CICLO	CICLO	CICLO
14:00	CICLO	CICLO	CICLO	CICLO	CICLO
17:30	GAP		GAP		
18:00	CICLO	CICLO	CICLO	CICLO	CICLO
	PILATES		PILATES		
18:30		ABD			
19:00	CICLO	CICLO	CICLO	CICLO	CICLO
	BODY HIIT		CROSS HIIT	BODY HIIT	BODY HIIT
20:00	CICLO	CICLO	CICLO	CICLO	CICLO
		BODY HIIT			

	SÁBADO	DOMINGO
12:00	CICLO	CICLO
13:00	CICLO	CICLO



**Horario de actividades de FITUP SALAMANCA  
VIGENTE DEL 1 DE JULIO AL 1 DE SEPTIEMBRE  
DE 2024**

NIVEL DE INTENSIDAD DE LAS ACTIVIDADES

**BAJA**

PILATES

FIT BALANCE

BAILE FIT

AERODANCE

**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.