

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
07:15	CICLO	CICLO	CICLO	CICLO	CICLO
09:30	BODY HIIT	CROSS HIIT	PILATES	CICLO	CICLO
	CICLO	CICLO	CICLO		
10:30	CICLO	BODY HIIT	CROSS HIIT	BODY HIIT	PILATES
		CICLO	CICLO	CICLO	CICLO
14:15	CROSS CIRCUIT	GAP	ABD		
14:30	CICLO	CICLO	CICLO	CICLO	CICLO
15:30	CICLO	CICLO	CICLO	CICLO	CICLO
17:30	FITUP CIRCUIT	FITUP CIRCUIT	FITUP CIRCUIT		
18:00	BODY HIIT	PILATES	CROSS HIIT	CICLO	BODY HIIT
	CICLO	CICLO	CICLO		CICLO
	CROSS CIRCUIT	ABD	GAP		
19:00	CROSS HIIT	CROSS HIIT	BODY HIIT	CROSS HIIT	PILATES
	CICLO	CICLO	CICLO	CICLO	CICLO
20:00	CICLO	BODY HIIT	CICLO	PILATES	CICLO
		CICLO		CICLO	
21:00	CICLO	CICLO	CICLO	CICLO	CICLO

	SÁBADO	DOMINGO
12:00	CICLO	CICLO
17:30	CICLO	
18:30	CICLO	



Horario de actividades de verano
FITUP MERCADO DE VILLAVERDE
VIGENCIA DEL 1 DE JULIO AL 1 DE SEPTIEMBRE DE 2024

NIVEL DE INTENSIDAD DE LAS ACTIVIDADES

BAJA

PILATES
 BAILE FIT

MEDIA

CICLO VIRTUAL
 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.