

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
07:15	CICLO	BODY HIIT	CROSS HIIT	CICLO	CICLO
08:15	CICLO	CICLO	CICLO	CICLO	CICLO
09:30	CICLO	CROSS HIIT	BODY HIIT	BODY HIIT	PILATES
	INDOOR WALKING	CICLO	CICLO	CICLO	CICLO
10:30	CICLO	PILATES	AEROBOX	CROSS HIIT	BODY HIIT
	INDOOR WALKING	CICLO	CICLO	CICLO	CICLO
11:30	PILATES	BODY HIIT	CROSS HIIT	CICLO	CICLO
	CICLO	CICLO	CICLO	INDOOR WALKING	INDOOR WALKING
	INDOOR WALKING	INDOOR WALKING	INDOOR WALKING	INDOOR WALKING	INDOOR WALKING
14:00	CROSS CIRCUIT	ABD	GAP		
14:30	CROSS HIIT	PILATES	BOXEO	BODY HIIT	PILATES
	BOXEO	CROSS CIRCUIT	CICLO	ABD	CROSS CIRCUIT
	CICLO	CICLO	INDOOR WALKING	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
17:00	BODY HIIT	PILATES	CROSS HIIT	CICLO	CICLO
	CICLO	CICLO	CICLO		
18:00	PILATES	BODY HIIT	PILATES	CROSS HIIT	CROSS HIIT
	GAP	ABD	FITUP CIRCUIT	CICLO	BOXEO
	CICLO	CICLO	CICLO	INDOOR WALKING	CICLO
	INDOOR WALKING	INDOOR WALKING	INDOOR WALKING	INDOOR WALKING	INDOOR WALKING
18:30	FITUP CIRCUIT	GAP	CROSS CIRCUIT		
19:00	CROSS HIIT	CROSS HIIT	BODY HIIT	BODY HIIT	PILATES
	CICLO	CICLO	CICLO	CICLO	CICLO
	INDOOR WALKING	INDOOR WALKING	INDOOR WALKING	INDOOR WALKING	INDOOR WALKING
20:00	AEROBOX	BODY HIIT	AEROBOX	PILATES	CICLO
	CICLO	CICLO	CICLO	CICLO	INDOOR WALKING
	INDOOR WALKING	INDOOR WALKING	INDOOR WALKING	INDOOR WALKING	
21:00	PILATES	CROSS HIIT	BODY HIIT	CROSS HIIT	CICLO
	CICLO	BOXEO	CICLO	BOXEO	
		CICLO		CICLO	

	SÁBADO	DOMINGO
10:30	BODY HIIT	
11:30	CROSS HIIT	CICLO
	CICLO	
12:30	CICLO	CICLO
	INDOOR WALKING	INDOOR WALKING
18:30	CICLO	
	INDOOR WALKING	



Horario de actividades FITUP ALBERTO AGUILERA
VIGENCIA DESDE 14 DE OCTUBRE DE 2024

NIVEL DE INTENSIDAD DE LAS ACTIVIDADES

BAJA

PILATES

BAILE FIT

MEDIA

INDOOR WALKING

CICLO VIRTUAL

STEP FUNCIONAL

GAP

ABD

ALTA

CROSS HIIT

CICLO

AEROBOX

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.