

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

	SÁBADO	DOMINGO
10:00	CROSS HIIT	
11:00	CICLO BODY HIIT	CICLO
12:00	CICLO BAILE FIT	CICLO
13:00	CICLO	
18:00	CICLO	
19:00	CICLO	



Horario de actividades **FITUP CHAMBERÍ**  
Vigencia 28 de octubre de 2024

NIVEL DE INTENSIDAD DE LAS ACTIVIDADES

**BAJA**

PILATES  
FIT BALANCE  
BAILE FIT  
AERODANCE

**MEDIA**

INDOOR WALKING  
CICLO VIRTUAL  
STEP FUNCIONAL  
GAP  
ABD

**ALTA**

CICLO  
AEROBOX  
BODY HIT  
CROSS CIRCUIT  
FITUP CIRCUIT  
CROSS HIIT

**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.