

|       | LUNES         | MARTES     | MIÉRCOLES     | JUEVES     | VIERNES     |
|-------|---------------|------------|---------------|------------|-------------|
| 07:15 | CICLO         | CICLO      | CICLO         | CICLO      | CICLO       |
| 08:15 | CICLO         | CICLO      | CICLO         | CICLO      | CICLO       |
| 09:30 | PILATES       | CROSS HIIT | PILATES       | GAP        | BODY HIIT   |
|       | CICLO         | CICLO      | CICLO         | CICLO      | CICLO       |
| 10:00 |               |            |               | ABD        |             |
| 10:30 | BODY HIIT     | GAP        | BODY HIIT     | CICLO      | CICLO       |
|       | CICLO         | CICLO      | CICLO         |            |             |
| 11:00 |               | ABD        |               |            |             |
| 11:30 | CICLO         | CICLO      | CICLO         | CICLO      | CICLO       |
| 12:30 | CICLO         | CICLO      | CICLO         | CICLO      | CICLO       |
| 14:10 | CROSS CIRCUIT | ABD        | GAP           |            |             |
| 14:30 | CICLO         | CICLO      | CICLO         | CICLO      | CICLO       |
| 14:40 | ABD           | GAP        | CROSS CIRCUIT |            |             |
| 15:30 | CICLO         | CICLO      | CICLO         | CICLO      | CICLO       |
| 17:00 | ABD           | GAP        | ABD           |            |             |
| 18:00 | BAILE FIT     | BODY HIIT  | PILATES       | BODY HIIT  | BODY HIIT   |
|       | CICLO         | CICLO      | CICLO         | CICLO      | CICLO       |
| 19:00 | BODY HIIT     | CROSS HIIT | CROSS HIIT    | CICLO      | FIT BALANCE |
|       | CICLO         | CICLO      | CICLO         |            | CICLO       |
| 20:00 | CICLO         | PILATES    | BODY HIIT     | CROSS HIIT | CICLO       |
|       |               | CICLO      | CICLO         | CICLO      |             |
| 21:00 | CICLO         | CICLO      | CICLO         | CICLO      | CICLO       |

|       | SÁBADO | DOMINGO |
|-------|--------|---------|
| 11:00 | CICLO  | CICLO   |
| 18:00 | CICLO  |         |
| 19:00 | CICLO  |         |



Horario de actividades FITUP VIC  
VIGENCIA del 7 de octubre de 2024

NIVEL DE INTENSIDAD DE LAS ACTIVIDADES

BAJA

PILATES  
FIT BALANCE  
BAILE FIT

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.