

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

	SÁBADO	DOMINGO
12:00	CICLO 🚲	CICLO 🚲
13:00	INDOOR WALKING 🚶	INDOOR WALKING 🚶
18:00	INDOOR WALKING 🚶	
18:30	CICLO 🚲	



Horario de actividades **FITUP ALBACETE**
Vigente a partir del 25 de noviembre de 2024

NIVEL DE INTENSIDAD DE LAS ACTIVIDADES

BAJA

PILATES
FIT BALANCE
BAILE FIT

MEDIA

INDOOR WALKING
CICLO VIRTUAL
GAP
ABD

ALTA

CROSS HIIT
CICLO
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.