

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
07:05	CICLO	CICLO	CICLO	CICLO	CICLO
08:00	CROSS CIRCUIT	FITUP CIRCUIT	CROSS CIRCUIT		
08:30	FITUP CIRCUIT	GAP	ABD		
10:15	CICLO	CICLO	CICLO	CICLO	
12:15	CICLO	CICLO	CICLO	CICLO	CICLO
13:30	CICLO CROSS ABD	CROSS CIRCUIT	BODY HIIT ABD	CROSS CIRCUIT	
14:00		GAP		FITUP GLÚTEO	
14:30	BODY HIIT	CICLO CROSS	CROSS HIIT	CICLO	
17:00	BODY HIIT	CICLO	CICLO	CICLO	CICLO
18:00	PILATES FITUP CIRCUIT	CROSS HIIT ABD	FITUP CIRCUIT		PILATES
18:30	FITUP GLÚTEO	FITUP CIRCUIT	GAP		
19:00	BODY HIIT	CICLO CROSS	CROSS HIIT	CICLO	BODY HIIT
20:00	CICLO	BODY HIIT	CICLO	BODY HIIT	CICLO
21:00	CICLO	CICLO	CICLO	CICLO	CICLO

SÁBADO	DOMINGO
12:15	CICLO
18:00	CICLO

# fitup

SMART GYM

Horario de actividades **FITUP SERRANO**

Vigente a partir del **26 de enero de 2026**

NIVEL DE INTENSIDAD DE LAS ACTIVIDADES

BAJA

PILATES

MEDIA

FITUP CIRCUIT

ABD

ALTA

CROSS CIRCUIT

FITUP GLÚTEO

GAP CIRCUIT

CICLO

CICLO CROSS

CROSS HIIT

BODY HIIT

CICLO VIRTUAL.

## 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.