

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
07:15	CICLO	CICLO	CICLO	CICLO	CICLO
08:15	CICLO	CICLO	CICLO	CICLO	CICLO
09:30	FITUP CIRCUIT	BODY HIIT	GAP	PILATES	BODY HIIT
10:00	ABD				
10:30	PILATES	FITUP CIRCUIT	PILATES	CICLO	CICLO
11:00		FITUP GLÚTEO			
11:30	CICLO	CICLO	CICLO	CICLO	CICLO
12:30	CICLO	CICLO	CICLO	CICLO	CICLO
14:30	CICLO	CICLO	CICLO	CICLO	CICLO
15:30	CICLO	CICLO	CICLO	CICLO	CICLO
18:15	CICLO	CICLO	CICLO	CICLO	CICLO
19:15	BODY HIIT	CROSS HIIT	BODY HIIT	PILATES	CROSS HIIT
	CICLO	CICLO	CICLO	CICLO	CICLO
20:15	PILATES	BODY HIIT	PILATES	BODY HIIT	CICLO
	CICLO	CICLO	CICLO	CICLO	
21:15	CICLO	CICLO	CICLO	CICLO	CICLO

	SÁBADO	DOMINGO
12:00	CICLO	CICLO
18:00	CICLO	



Horario de actividades VERANO FITUP PARALELO
Vigente del 6 de julio al 31 de agosto de 2025

NIVEL DE INTENSIDAD DE LAS ACTIVIDADES

BAJA

PILATES
FIT BALANCE

MEDIA

FITUP CIRCUIT
BAILE FIT
ABD CIRCUIT

ALTA

CROSS CIRCUIT
FITUP GLÚTEO
GAP CIRCUIT
CICLO
CICLO CROSS
CROSS HIIT
BODY HIIT
AEROBOX
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.