

HORARIO ACTIVIDADES DIRIGIDAS



SALA 1	LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
10:15 - 11:00	HIPOPRESIVOS		PILATES		
11:00 - 12:00	PILATES		PILATES		ESTIRAMIENTOS
13:45 - 14:30	ZUMBA	PILATES		BILBO BALANCE	
14:30 - 15:15	TONO	STEP	GAP (Gluteo/Abdominal/ Pierna)	AEROBIC	FUNCIONAL CROSS-CENTER
19:00 - 20:00		PILATES		PILATES	

SPIN PARK

Las clases empiezan a todas las horas y 1/2 de 06:30 a 16:30
 Las clases empiezan a todas las horas en punto de 17:00 a 22:00

CROSS-CENTER EN HORARIO COMPLETO