

# Horario Actividades ENERO

	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábados
8:30		* Mantenimiento		* Mantenimiento	* Mantenimiento	
9:15					Virtual Ciclo	
9:30	* Mantenimiento		* Mantenimiento			
9:30	Gap		CrossTraining			Virtual Ciclo
10:15		Pilates		Pilates		
14:15	Prama	TRX-GAP	Prama	TRX	CrossTraining	
14:30	Zumba	Bodytono				
15:15				CrossTraining		
	CrossTraining	CicloIndoor		CicloIndoor		
17:30		Virtual Ciclo			Virtual Ciclo	
18:15	Pilates	Pilates	Pilates	Yoga		
18:30	Virtual Ciclo	Gap-Prama		Virtual Ciclo	Bodytono	
18:45			Virtual Ciclo	TRX		
19:00	Gap					
19:00	TRX	Yoga	CrossTraining	Gap		
19:15		CicloIndoor	Zumba			
19:30	Aerobox				Virtual Ciclo	
19:30	CrossTraining	CrossTraining		CrossTraining		
19:30	CicloIndoor					
19:45			Running			

\*Actividad no incluido en abono general

■ Cardiovascular
 ■ Cardiovascular y tonificador
 ■ Posturales
 ■ Tonificador

# URBANSPORT<sup>™</sup>