

# ACTIVIDADES COLECTIVAS

EDIFICIO FITNESS CARLOS RUIZ - del 05 AGOSTO al 8 SEPTIEMBRE 2019

		LUNES			MARTES			MIÉRCOLES			JUEVES			VIERNES			SÁBADO		
CUOTA	HORA	SALA 1	SALA 2	SALA CICLO INDOOR	SALA 1	SALA 2	SALA CICLO INDOOR	SALA 1	SALA 2	SALA CICLO INDOOR	SALA 1	SALA 2	SALA CICLO INDOOR	SALA 1	SALA 2	SALA CICLO INDOOR	SALA 1	SALA CICLO INDOOR	HORA
M A Ñ A N A	8:00																		8:00
	8:30																		8:30
	9:00		G.A.P.		ABDOMI NALES				G.A.P.		ABDOMI NALES				G.A.P.				9:00
	9:30	FITNESS					CICLO INDOOR	FITNESS					CICLO INDOOR	FITNESS					9:30
	10:00																		10:00
	10:30		PILATES			TONIFI CACIÓN			PILATES			TONIFI CACIÓN			YOGA				10:30
	11:00																		11:00
	11:30		YOGA		PILATES				YOGA		PILATES				PILATES				11:30
	12:00																		12:00
	12:30																		12:30
	12:45																		12:45
	13:00																		13:00
	13:15																		13:15
	13:30																		13:30
13:45																		13:45	
M E D I O D Í A	14:00																		14:00
	14:30																		14:30
	15:00																		15:00
	15:30																		15:30
	16:00																		16:00
	16:30																		16:30
	17:00																		17:00
C O M P L E T A	17:30		MANTENIMI ENTO						MANTENIMI ENTO					STEEL BODY					17:30
	18:00				ABDOMI NALES				MANTENIMI ENTO		ABDOMI NALES				PILATES				18:00
	18:30	YOGA-PILATES				TONIFI CACIÓN		YOGA-PILATES			TONIFI CACIÓN								18:30
	19:00																		19:00
	19:30			CICLO INDOOR	PILATES					CICLO INDOOR	PILATES			FITNESS					19:30
	20:00																		20:00
	20:30	TONIFI CACION				YOGA		TONIFI CACION			YOGA								20:30
	21:00																		21:00
	21:30																		21:30
	22:00																		22:00

**Horario Sala Fitness de Luesa Viernes de 8:00 a 22:00 h.  
Sábados y Domingos e 9:00 a 14:30 h.**