

ACTIVIDADES SEMANA SANTA 2023

FITNESS CARLOS RUIZ DEL 3 DE ABRIL AL 9 DE ABRIL DE 2023

		LUNES 3			MARTES 4			MIÉRCOLES 5			JUEVES 6		VIERNES 7		SÁBADO 8	DOMINGO 9	
CUOTA	HORA	SALA 1	SALA 2	SALA FITNESS	SALA 1	SALA 2	SALA FITNESS	SALA 1	SALA 2	SALA FITNESS	SALA 1	SALA 2	SALA 1	SALA 2	SALA FITNESS	SALA FITNESS	
M A Ñ A N A	8:00																
	8:30																
	9:00																
	9:30	MANTENIMIENTO			TONIFICACIÓN			MANTENIMIENTO									
	10:00		YOGA			CICLO INDOOR			YOGA								
	10:30					G.A.P.											
	11:00														YOGA-PILATES		
	11:30	PILATES			ESPALDA SANA			PILATES							CICLO INDOOR		
	12:00																
	12:30																
	12:45																
	13:00																
	13:15																
	13:30																
13:45																	
M E D I O D Í A	14:00																
	14:30		PILATES														
	15:00																
	15:30					CICLO INDOOR											
	16:00					FITNESS											
	16:30																
	17:00																
	17:30	MANTENIMIENTO					YOGA-PILATES			RITMO-FITNESS							
	18:00																
	18:30		PILATES			RITMO-FITNESS			TONIFICACIÓN								
C O M P L E T A	19:00																
	19:30	TONIFICACIÓN					CICLO INDOOR			PILATES							
	20:00																
	20:30		CICLO INDOOR			G.A.P.											
	21:00																
	21:30																
	22:00																

CERRADO

CERRADO

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