

## CLASES COLECTIVAS DE FEBRERO

	LUNES			MARTES			MIÉRCOLES			JUEVES			VIERNES		
	METRO	STREET	CICLO	METRO	STREET	CICLO	METRO	STREET	CICLO	METRO	STREET	CICLO	METRO	STREET	
9.30															9.30
10.00	Pilates								Pilates						10.00
10.30	10:00								10:00						10.30
11.00	Zumba			GAP				Kundalini Yoga							11.00
11.30	11:00-11:45			11:00				11:00							11.30
12.00				Espalda 12:00						Espalda 12:00			Zumba		12.00
12.30				Hipopresivos						Hipopresivos			12:00		12.30
13.00															13.00
13.30															13.30
14.00															14.00
14.30	Fitness			Yoga				Zumba				Ciclo			14.30
15.00	14:30			14:30				14:30				14:30			15.00
15.30	GAP							Global Training					Pump		15.30
16.00	15:30							15:30					15:30		16.00
16.30															16.30
17.00															17.00
17.30	GAP			Hipopresivos 17:30											17.30
18.00	17:45			Espalda		Cross *		Fitness		Espalda		Cross *	Fitness		18.00
18.30	Combat			18:00		18:15-19		18:00		18:00		18:15-19	18:00		18.30
19.00	18:30	Sevillanas*		Zumba	Yoga			Pilates	Kick Boxing	Ciclo		Combat	Kundalini Yoga		19.00
19.30	Pilates	19:00	Ciclo	19:00	19:00			19:00	19:00	19:00		19:00	19:00		19.30
20.00	19:30	Flamenco*		GAP				Pump				Zumba			20.00
20.30	Global Training	20:00		20:00				20:00				20:00			20.30
21.00	20:30														21.00
21.30															21.30
	SÁBADO			DOMINGO		Abierto de Lunes a Viernes de 8:00 a 22h. Sábados y Domingos de 11:00 a 14:30h									
12:00	GAP			TRX		Si no has practicado pilates antes, es necesario recibir una sesión de iniciación, 20€									
12:30	12:00			12:00-12:30		Recuerda que tienes que traer toalla, deportivas para gym y 1€ para la taquilla.									
13:00	Global Training					*Requieren abonar suplemento									
13:30	12:45														

CLASES CARDIOVASCULARES: Combat, Zumba, Latino y Ciclo indoor.

CLASES DE TONIFICACIÓN: Gap, Core y Pump.

CLASES MIXTAS CARDIO + TONO: Global Training y Crossfit.

CLASES DE REHABILITACIÓN Y/O CUERPO-MENTE: Yoga, Yoguilates, Pilates y Escuela de Espalda.