

INICIO		FINAL		LUNES		MARTES		MIÉRCOLES		JUEVES		VIERNES		SÁBADO
		PABELLÓN	SALA	PABELLÓN	SALA	PABELLÓN	SALA	PABELLÓN	SALA	PABELLÓN	SALA	PABELLÓN	SALA	SALA
9:00	9:30	GIMNASIA MANTENIMIENTO				GIMNASIA MANTENIMIENTO		GIMNASIA MANTENIMIENTO		GIMNASIA MANTENIMIENTO		GIMNASIA MANTENIMIENTO		
9:30	10:00		Zumbón				Circuito Pérdida Peso		Zumbón				Pilates	
10:00	10:30	GIMNASIA MANTENIMIENTO				GIMNASIA MANTENIMIENTO		GIMNASIA MANTENIMIENTO		GIMNASIA MANTENIMIENTO		GIMNASIA MANTENIMIENTO		Zumbón
10:30	11:00		Energy Power				Pilates		Energy Power				Zumbón	
11:00	11:30	GIMNASIA MANTENIMIENTO							Pilates					Energy Power
11:30	12:00		Pilates				Abs Streaching							
12:00	12:30	GIMNASIA MANTENIMIENTO							Pilates					
12:30	13:00													
17:30	18:00		Pilates				Pilates		Pilates					
18:00	18:30													
18:30	19:00		Zumbón				Gluteo Strong		Zumbón				Zumbón	
19:00	19:30													
19:30	20:00		CORE				Energy Power		Circuito Pérdida Peso				HIIT	
20:00	20:30													
20:30	21:00		Circuito Pérdida Peso				Cross Training		CORE					
21:00	21:30													

