

	LUNES			MARTES			MIÉRCOLES			JUEVES			VIERNES											
	BikeRoom	Sala 8	Sala Zen	BikeRoom	Sala 8	Sala Zen	BikeRoom	Sala 8	Sala Zen	BikeRoom	Sala 8	Sala Zen	BikeRoom	Sala 8	Sala Zen									
7:30	BIKE	BOX	VINYASA		BARBELLS		BIKE	BOX	VINYASA		BARBELLS		BIKE	TRX/FUNCIONAL										
8:00	7:50 - 8:40	7:50 - 8:50	7:40-8:40		7:50-8:50		7:50 - 8:40	7:50 - 8:50	7:40-8:40		7:50-8:50		7:50 - 8:40	8:00 - 8:45										
9:00																								
10:00		GLOBAL	VINYASA		PILATES			GLOBAL	VINYASA		PILATES			GLOBAL	VINYASA									
		10:00-11:00	10:30-11:30		10:00-11:00			10:00-11:00	10:30-11:30		10:00-11:00			10:00-11:00	11:00 - 12:15									
12:00																								
13:00																								
14:00		TRX/FUNCIONAL			BOX	CORE		TRX/FUNCIONAL			CORE			TRX/FUNCIONAL										
		13:30-14:10			13:30 14:10	13:45 14:10		13:30-14:10			13:45 14:10			13:30-14:10										
15:00	BIKE	BARBELLS	CORE-GLIDE	BIKE	FUNCIONAL	HATHA YOGA	BIKE	BOX	PILATES	BIKE	FUNCIONAL	VINYASA	BIKE	BOX										
	14:15-15:15	14:15-15:10	14:15-15:15	14:20-15:20	14:15-15:15	14:15-15:30	14:15-15:15	14:15-15:10	14:15-15:15	14:15-15:15	14:15-15:15	14:15-15:30	14:15-15:15	14:15-15:10										
16:00					FUNCIONAL BOX			GAP/CORE																
					15:20-16:15			15:30-16:00																
17:00																								
18:00	BIKE				TRX	PILATES	BIKE				CORE		BIKE		MINDFULNESS									
	17:45 18:30				18:45-19:30	18:30-19:30	17:45-18:30				18:50-19:20		17:45 18:30		17:00 - 18:00									
19:00		TRIATHLON			CORE			CORE - STRENGTH			TRIATHLON			FUNCIONAL BOX										
		19:00 - 19:30			19:30-19:55			19:00 - 19:30			19:25-20:10			18:30-19:30										
20:00	BIKE	BARBELLS	VINYASA	BIKE	BOX	VINYASA	BIKE	BARBELLS	VINYASA	BIKE	BOX	VINYASA	BIKE		VINYASA									
	19:30-20:20	19:30 20:30	19:30-20:45	20:00-20:50	20:15-21:15	20:00-21:15	19:30-20:20	19:30 20:30	19:00-20:15	19:30-20:20	20:15-21:15	20:00-21:15	19:30-20:20		19:30-20:45									
21:00									VINYASA															
22:00									20:30-21:30															
	SÁBADOS			DOMINGOS			Escuela YogaLife																	
	BikeRoom	Sala 8	Sala Zen	BikeRoom	Sala 8	Sala Zen	Lunes, miercoles			Martes, Jueves			Miércoles			Jueves			Viernes			Sabados		
10:00							7:40-8:40			14:30-15:30			19:00-20:15			14:15-15:30			10:30-11:45			11:00-12:15		
11:00		FLOW VINYASA					10:30-11:30			20:00 - 21:15			20:15-21:30			20:00 - 21:15			19:30 - 20:45					
13:00	BIKE						19:30-20:45																	
	12:00-13:00																							
14:00							Horario vigente a partir del 10 de junio									*Clases no incluidas en la cuota mensual								
	BARBELLS: Tonifica y muscula con barras y pesas BIKE: Nuestro Spinning BOX: Técnica y habilidad al pegar golpes CARDIO BOX: Coreografias a ritmo de boxeo TRX: Entrenamiento en suspensión FUNCIONAL: El mejor entrenamiento global						CORE: Los clásicos abdominales y más... GAP: Glúteos, abdominales y piernas GLOBAL: Gimnasia de mantenimiento PILATES: Mejora la postura y elasticidad						HATHA YOGA: Yoga físico VINYASA: Yoga dinámico y mental						HORARIO DE APERTURA Lunes a Viernes de 7:30 a 22 horas Sábados y Domingos de 10 a 14 horas Festivos nacionales: cerrado Festivos locales: abierto de 10 a 14 horas					
	LORE		MARCOS		SERGIO		VARIOS		SANDRA		LUIS		CRIS		KSENIA									



Por favor saca una foto a nuestro horario



