Horario
de actividades dirigidas

Centro — Horario Completo

HORA	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
08:00	ESPALDA SANA 08:30 - 09:25 - ST2	PILATES 08:30 - 09:25 - ST1	ESPALDA SANA 08:30 - 09:25 - ST2	CYCLING 08:30 - 09:15 - CYC	ABDOMINALES 08:30 - 08:55 - ST2		
09:00	CYCLING 09:30 - 10:15 - CYC GAP 09:30 - 09:55 - ST1	ABDOMINALES 09:00 - 09:25 - ST2 ESTIRAMIENTOS 09:30 - 10:25 - ST1 TONE 09:30 - 10:25 - ST2	HIIT 09:00 - 09:25 - ST2 B.PUMP 09:30 - 10:25 - ST2 CYCLING 09:30 - 10:15 - CYC GAP 09:30 - 09:55 - ST1	ABDOMINALES 09:00 - 09:25 - ST1 GAP 09:30 - 10:25 - ST2 HIIT 09:30 - 09:55 - ST1	ESTIRAMIENTOS 09:00 - 09:25 - ST2 B.BALANCE 09:30 - 10:25 - ST2 CYCLING 09:30 - 10:15 - CYC TRX 09:30 - 09:55 - FUN		
10:00	ABDOMINALES 10:00 - 10:25 - ST2 B.COMBAT 10:30 - 11:25 - ST2 CYCLING 10:30 - 11:15 - CYC DANCEWITHME 10:30 - 11:25 - ST1 TRX 10:30 - 10:55 - FUN	TRX 10:00 - 10:25 - FUN CROSSTRAINING 10:30 - 11:25 - ST2 CYCLING 10:30 - 11:15 - CYC ZUMBA 10:30 - 11:25 - ST1	ABDOMINALES 10:00 - 10:25 - ST1 B.COMBAT 10:30 - 11:25 - ST1 CROSSTRAINING 10:30 - 11:25 - ST2 CYCLING 10:30 - 11:15 - CYC	TRX 10:00 - 10:25 - FUN B.COMBAT 10:30 - 11:25 - ST2 CYCLING 10:30 - 11:15 - CYC	HIIT 10:00 - 10:25 - ST1 GAP 10:30 - 11:25 - ST2	CYCLING 10:30 - 11:15 - CYC	
11:00	GAP 11:30 - 12:25 - ST2 ZUMBA 11:30 - 12:25 - ST1	B.PUMP 11:30 - 12:25 - ST2 CYCLING 11:30 - 12:15 - CYC TRX 11:30 - 11:55 - FUN YOGA 11:30 - 12:25 - ST1	LES MILLS CORE 11:30 - 11:55 - ST1	B.PUMP 11:30 - 12:25 - ST2 YOGA 11:30 - 12:25 - ST1	B.COMBAT 11:30 - 12:25 - ST2 LES MILLS CORE 11:30 - 11:55 - ST1		
12:00	ABDOMINALES 12:30 - 12:55 - ST1		ESTIRAMIENTOS 12:00 - 12:25 - ST1	TRX 12:00 - 12:25 - FUN ABDOMINALES 12:30 - 13:25 - ST2 GAP 12:30 - 12:55 - ST1 SALSATION 12:30 - 13:25 - ST2	ESTIRAMIENTOS 12:00 - 12:25 - ST1		
13:00	HIIT 13:00 - 13:25 - ST1 TRX 13:00 - 13:25 - FUN	ABDOMINALES 13:00 - 13:25 - ST2	TRX 13:30 - 13:55 - FUN		ABDOMINALES 13:30 - 13:55 - ST2		
14:00	CROSSTRAINING 14:30 - 15:25 - ST2	CYCLING 14:30 - 15:15 - CYC	ABDOMINALES 14:30 - 14:55 - ST1 B.PUMP 14:30 - 15:25 - ST2	B.COMBAT 14:30 - 15:25 - ST2	CYCLING 14:30 - 15:15 - CYC TRX 14:30 - 14:55 - FUN		
15:00		ABDOMINALES 15:30 - 15:55 - ST2		ABDOMINALES 15:30 - 15:55 - ST2	ABDOMINALES 15:30 - 15:55 - ST2		
16:00			GAP 16:00 - 16:25 - ST2				
17:00	ABDOMINALES 17:00 - 17:25 - ST2 PILATES 17:00 - 17:55 - ST1 CYCLING 17:30 - 18:15 - CYC	B.PUMP 17:00 - 17:55 - ST2 CYCLING 17:30 - 18:15 - CYC	CYCLING 17:30 - 18:15 - CYC	B.PUMP 17:00 - 17:55 - ST2 CYCLING 17:30 - 18:15 - CYC			

Acuáticas Alta intensidad Cardiovascular Virtual Coregráficas Cuerpo/Mente Fuerza Senior

Lowfit se reserva el derecho de cualquier modificación en el horario por motivos externos.

Toda la Información en nuestra web
www.lowfit.com

Lowfit en las Redes sociales

Horario
de actividades dirigidas

Centro

HORA	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
18:00	CROSSTRAINING 18:00 - 18:55 - ST2 CYCLING 18:30 - 19:15 - CYC ESTIRAMIENTOS 18:30 - 18:55 - ST1	LES MILLS CORE 18:00 - 18:25 - ST1 TRX 18:00 - 18:25 - FUN CYCLING 18:30 - 19:15 - CYC B.COMBAT 19:00 - 19:55 - ST1	ABDOMINALES 18:00 - 18:25 - ST2 CYCLING 18:30 - 19:15 - CYC HIIT 18:30 - 18:55 - ST2 B.BALANCE 19:00 - 19:55 - ST1	ESTIRAMIENTOS 18:00 - 18:55 - ST2 GAP 18:00 - 18:25 - ST1 ABDOMINALES 18:30 - 18:55 - ST1 CROSSTRAINING 19:00 - 19:55 - ST2	PILATES 18:00 - 18:55 - ST1 CYCLING 18:30 - 19:15 - CYC		
19:00	ABDOMINALES 19:00 - 19:25 - ST1 GAP 19:00 - 19:55 - ST2 CYCLING 19:30 - 20:15 - CYC TRX 19:30 - 19:55 - FUN	ZUMBA 19:00 - 19:55 - ST2 CYCLING 19:30 - 20:15 - CYC	GAP 19:00 - 19:55 - ST2 TRX 19:00 - 19:25 - FUN CYCLING 19:30 - 20:15 - CYC	ZUMBA 19:00 - 19:55 - ST1 CYCLING 19:30 - 20:15 - CYC TRX 19:30 - 19:55 - FUN	B.PUMP 19:00 - 19:55 - ST2 ABDOMINALES 19:30 - 19:55 - ST1		
20:00	B.PUMP 20:00 - 20:55 - ST2 ZUMBA 20:00 - 20:55 - ST1 CYCLING 20:30 - 21:15 - CYC	GAP 20:00 - 20:55 - ST2 YOGA 20:00 - 20:55 - ST1 CYCLING 20:30 - 21:15 - CYC	B.PUMP 20:00 - 20:55 - ST2 PILATES 20:00 - 20:55 - ST1 TRX 20:00 - 20:25 - FUN CYCLING 20:30 - 21:15 - CYC	YOGA 20:00 - 20:55 - ST2 CYCLING 20:30 - 21:15 - CYC	ESTIRAMIENTOS 20:00 - 20:55 - ST1 HIIT 20:00 - 20:25 - ST2 CYCLING 20:30 - 21:15 - CYC		
21:00	ABDOMINALES 21:00 - 21:25 - ST1 B.COMBAT 21:00 - 21:55 - ST2 HIIT 21:30 - 21:55 - ST1	ABDOMINALES 21:00 - 21:25 - ST1 B.PUMP 21:00 - 21:55 - ST2 GAP 21:30 - 21:55 - ST1	B.COMBAT 21:00 - 21:55 - ST1 TRX 21:00 - 21:25 - FUN ZUMBA 21:00 - 21:55 - ST2	B.COMBAT 21:00 - 21:55 - ST2 ESTIRAMIENTOS 21:00 - 21:55 - ST1	ABDOMINALES 21:30 - 21:55 - ST2		
22:00				ABDOMINALES 22:00 - 22:25 - ST2			

Acuáticas Alta intensidad Cardiovascular Virtual Coregráficas Cuerpo/Mente Fuerza Senior

Lowfit se reserva el derecho de cualquier modificación en el horario por motivos externos.

Toda la Información en nuestra web
www.lowfit.com

Lowfit en las Redes sociales