

# Horario de actividades dirigidas

Centro

Horario Completo



| HORA  | LUNES                                   | MARTES                                  | MIÉRCOLES                               | JUEVES                                  | VIERNES                                 | SÁBADO                                  | DOMINGO                                 |
|-------|-----------------------------------------|-----------------------------------------|-----------------------------------------|-----------------------------------------|-----------------------------------------|-----------------------------------------|-----------------------------------------|
| 06:00 | CICLO INDOOR VIR<br>06:30 - 07:15 - CYC | CICLO INDOOR VIR<br>06:30 - 07:15 - CYC | CICLO INDOOR VIR<br>06:30 - 07:15 - CYC | CICLO INDOOR VIR<br>06:30 - 07:15 - CYC | CICLO INDOOR VIR<br>06:30 - 07:15 - CYC |                                         |                                         |
| 07:00 | CICLO INDOOR VIR<br>07:30 - 08:15 - CYC | CICLO INDOOR VIR<br>07:30 - 08:15 - CYC | CICLO INDOOR VIR<br>07:30 - 08:15 - CYC | CICLO INDOOR VIR<br>07:30 - 08:15 - CYC | CICLO INDOOR VIR<br>07:30 - 08:15 - CYC |                                         |                                         |
| 08:00 | CICLO INDOOR VIR<br>08:30 - 09:15 - CYC | B.PUMP<br>08:30 - 09:25 - ST2           | CICLO INDOOR VIR<br>08:30 - 09:15 - CYC | B.PUMP<br>08:30 - 09:25 - ST2           | CICLO INDOOR VIR<br>08:30 - 09:15 - CYC |                                         |                                         |
|       | ESPALDA SANA<br>08:30 - 09:25 - ST2     | CICLO INDOOR VIR<br>08:30 - 09:15 - CYC | ESPALDA SANA<br>08:30 - 09:25 - ST2     | CICLO INDOOR VIR<br>08:30 - 09:15 - CYC |                                         |                                         |                                         |
| 09:00 | B.COMBAT<br>09:30 - 10:25 - ST2         | CICLO INDOOR VIR<br>09:30 - 10:15 - CYC | B.PUMP<br>09:30 - 10:25 - ST2           | CICLO INDOOR VIR<br>09:30 - 10:15 - CYC | CICLO INDOOR VIR<br>09:30 - 10:15 - CYC | CICLO INDOOR VIR<br>09:30 - 10:15 - CYC | CICLO INDOOR VIR<br>09:30 - 10:15 - CYC |
|       | CICLO INDOOR VIR<br>09:30 - 10:15 - CYC | PILATES<br>09:30 - 10:25 - ST2          | CICLO INDOOR VIR<br>09:30 - 10:15 - CYC | PILATES<br>09:30 - 10:25 - ST2          | CROSSTRaining<br>09:30 - 10:25 - ST2    |                                         |                                         |
|       | GAP<br>09:30 - 10:25 - ST1              | ZUMBA<br>09:30 - 10:25 - ST1            | GAP<br>09:30 - 10:25 - ST1              | STEP<br>09:30 - 10:25 - ST1             | YOGA<br>09:30 - 10:25 - ST1             |                                         |                                         |
| 10:00 | B.PUMP<br>10:30 - 11:25 - ST2           | ACOND. FISICO<br>10:30 - 11:25 - ST2    | CICLO INDOOR<br>10:30 - 11:15 - CYC     | ACOND. FISICO<br>10:30 - 11:25 - ST2    | CICLO INDOOR<br>10:30 - 11:15 - CYC     | B.PUMP<br>10:30 - 11:25 - ST2           | CICLO INDOOR VIR<br>10:30 - 11:15 - CYC |
|       | CICLO INDOOR<br>10:30 - 11:15 - CYC     | CICLO INDOOR VIR<br>10:30 - 11:15 - CYC | GIMNASIA SUAVE<br>10:30 - 11:25 - ST2   | CICLO INDOOR VIR<br>10:30 - 11:15 - CYC | GIMNASIA SUAVE<br>10:30 - 11:25 - ST2   | CICLO INDOOR VIR<br>10:30 - 11:15 - CYC |                                         |
|       |                                         | GLUTEUP<br>10:30 - 11:00 - ST1          |                                         | GLUTEUP<br>10:30 - 11:00 - ST1          |                                         |                                         |                                         |
| 11:00 | B.BALANCE<br>11:30 - 12:25 - ST1        | ABD TOTAL<br>11:00 - 11:30 - ST1        | CICLO INDOOR VIR<br>11:30 - 12:15 - CYC | ABD TOTAL<br>11:00 - 11:30 - FUN        | CICLO INDOOR VIR<br>11:30 - 12:15 - CYC | CICLO INDOOR<br>11:30 - 12:15 - CYC     | CICLO INDOOR VIR<br>11:30 - 12:15 - CYC |
|       | CICLO INDOOR VIR<br>11:30 - 12:15 - CYC | CICLO INDOOR VIR<br>11:30 - 12:15 - CYC | LATINO<br>11:30 - 12:25 - ST2           | CICLO INDOOR VIR<br>11:30 - 12:15 - CYC | PILATES<br>11:30 - 12:25 - ST2          |                                         |                                         |
|       |                                         | ESPALDA SANA<br>11:30 - 12:25 - ST2     | YOGA<br>11:30 - 12:25 - ST1             |                                         |                                         |                                         |                                         |
| 12:00 | CICLO INDOOR VIR<br>12:30 - 13:15 - CYC | CICLO INDOOR VIR<br>12:30 - 13:15 - CYC | CICLO INDOOR VIR<br>12:30 - 13:15 - CYC | CICLO INDOOR VIR<br>12:30 - 13:15 - CYC | CICLO INDOOR VIR<br>12:30 - 13:15 - CYC | CICLO INDOOR VIR<br>12:30 - 13:15 - CYC | CICLO INDOOR VIR<br>12:30 - 13:15 - CYC |
| 13:00 | CICLO INDOOR VIR<br>13:30 - 14:15 - CYC | CICLO INDOOR VIR<br>13:30 - 14:15 - CYC | CICLO INDOOR VIR<br>13:30 - 14:15 - CYC | CICLO INDOOR VIR<br>13:30 - 14:15 - CYC | CICLO INDOOR VIR<br>13:30 - 14:15 - CYC | CICLO INDOOR VIR<br>13:30 - 14:15 - CYC |                                         |
| 14:00 | CICLO INDOOR VIR<br>14:30 - 15:15 - CYC | CICLO INDOOR<br>14:30 - 15:00 - CYC     | CICLO INDOOR VIR<br>14:30 - 15:15 - CYC | CICLO INDOOR<br>14:30 - 15:00 - CYC     | CICLO INDOOR VIR<br>14:30 - 15:15 - CYC | CICLO INDOOR VIR<br>14:30 - 15:15 - CYC |                                         |
|       | HIFT<br>14:30 - 15:00 - ST2             |                                         | HIFT<br>14:30 - 15:00 - ST2             |                                         |                                         |                                         |                                         |
| 15:00 | ABD TOTAL<br>15:00 - 15:30 - ST2        | CICLO INDOOR VIR<br>15:30 - 16:15 - CYC | ABD TOTAL<br>15:00 - 15:30 - ST2        | CICLO INDOOR VIR<br>15:30 - 16:15 - CYC | CICLO INDOOR VIR<br>15:30 - 16:15 - CYC | CICLO INDOOR VIR<br>15:30 - 16:15 - CYC |                                         |
|       | CICLO INDOOR VIR<br>15:30 - 16:15 - CYC |                                         | CICLO INDOOR VIR<br>15:30 - 16:15 - CYC |                                         |                                         |                                         |                                         |
| 17:00 | CICLO INDOOR VIR<br>17:30 - 18:15 - CYC | CICLO INDOOR VIR<br>17:30 - 18:15 - CYC | DEFENSA PERS.<br>17:00 - 17:55 - ST2    | CICLO INDOOR VIR<br>17:30 - 18:15 - CYC | CROSSTRaining<br>17:00 - 17:55 - ST2    | CICLO INDOOR VIR<br>17:30 - 18:15 - CYC |                                         |
|       |                                         |                                         | CICLO INDOOR VIR<br>17:30 - 18:15 - CYC |                                         | CICLO INDOOR VIR<br>17:30 - 18:15 - CYC |                                         |                                         |
| 18:00 | B.BALANCE<br>18:00 - 18:55 - ST1        | PILATES<br>18:00 - 18:55 - ST2          | CROSSTRaining<br>18:00 - 18:55 - ST1    | CROSSTRaining<br>18:00 - 18:55 - ST2    | PILATES<br>18:00 - 18:55 - ST2          | CICLO INDOOR VIR<br>18:30 - 19:15 - CYC |                                         |
|       | GAP<br>18:00 - 18:55 - ST1              | ABD TOTAL<br>18:30 - 19:00 - ST1        | PILATES<br>18:00 - 18:55 - ST2          | ESPALDA SANA<br>18:00 - 18:55 - ST1     | CICLO INDOOR VIR<br>18:30 - 19:15 - CYC |                                         |                                         |
|       | CICLO INDOOR VIR<br>18:30 - 19:15 - CYC | CICLO INDOOR VIR<br>18:30 - 19:15 - CYC | CICLO INDOOR VIR<br>18:30 - 19:15 - CYC | CICLO INDOOR VIR<br>18:30 - 19:15 - 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](http://www.lowfit.com)

Lowfit en las Redes sociales



# Horario de actividades dirigidas

Centro



| HORA  | LUNES                                   | MARTES                                  | MIÉRCOLES                               | JUEVES                                  | VIERNES                                 | SÁBADO | DOMINGO |
|-------|-----------------------------------------|-----------------------------------------|-----------------------------------------|-----------------------------------------|-----------------------------------------|--------|---------|
| 19:00 | B.PUMP<br>19:00 - 19:55 - ST2           | CROSSTRAINING<br>19:00 - 19:55 - ST2    | B.BALANCE<br>19:00 - 19:55 - ST1        | B.COMBAT<br>19:00 - 19:55 - ST2         | B.PUMP<br>19:00 - 19:55 - ST2           |        |         |
|       | CICLO INDOOR VIR<br>19:30 - 20:15 - CYC | GLUTEUP 30<br>19:00 - 19:30 - ST1       | B.PUMP<br>19:00 - 19:55 - ST2           | HIFT<br>19:00 - 19:30 - ST1             | CICLO INDOOR VIR<br>19:30 - 20:15 - CYC |        |         |
| 20:00 |                                         | CICLO INDOOR<br>19:30 - 20:15 - CYC     | CICLO INDOOR VIR<br>19:30 - 20:15 - CYC | CICLO INDOOR<br>19:30 - 20:15 - CYC     |                                         |        |         |
|       |                                         | YOGA<br>19:30 - 20:25 - ST1             |                                         | YOGA<br>19:30 - 20:25 - ST1             |                                         |        |         |
|       | B.COMBAT<br>20:00 - 20:55 - ST2         | B.PUMP<br>20:00 - 20:55 - ST2           | B.COMBAT<br>20:00 - 20:55 - ST2         | B.PUMP<br>20:00 - 20:55 - ST2           | ABD TOTAL<br>20:00 - 20:30 - FUN        |        |         |
|       | GLUTEUP 30<br>20:00 - 20:30 - ST1       | CICLO INDOOR VIR<br>20:30 - 21:15 - CYC | HIFT<br>20:00 - 20:30 - ST1             | CICLO INDOOR VIR<br>20:30 - 21:15 - CYC | CICLO INDOOR VIR<br>20:30 - 21:15 - CYC |        |         |
| 21:00 | ABD TOTAL<br>20:30 - 21:00 - ST1        | ZUMBA<br>20:30 - 21:25 - ST1            | CICLO INDOOR VIR<br>20:30 - 21:15 - CYC | ZUMBA<br>20:30 - 21:25 - ST1            |                                         |        |         |
|       | CICLO INDOOR<br>20:30 - 21:15 - CYC     |                                         | GLUTEUP 30<br>20:30 - 21:00 - ST1       |                                         |                                         |        |         |
|       | LATINO<br>21:00 - 21:55 - ST2           | BULERIAS<br>21:00 - 21:55 - ST2         | LATINO<br>21:00 - 21:55 - ST2           | SEVILLANAS<br>21:00 - 21:55 - ST2       |                                         |        |         |

[Acuáticas](#)
[Alta intensidad](#)
[Cardiovascular](#)
[Virtual](#)
[Coreográficas](#)
[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](http://www.lowfit.com)

Lowfit en  
las Redes sociales

