

Horario de actividades dirigidas

Centro

Horario Completo



HORA	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
07:00			CROSSTRaining 07:00 - 07:55 - ST2		CYCLING 07:00 - 07:43 - CYC		
08:00	YOGA 08:30 - 09:25 - ST1	CYCLING 08:30 - 09:15 - CYC	ESPALDA SANA 08:30 - 09:25 - ST2	GAP 08:30 - 09:25 - ST2	ABDOMINALES 08:30 - 08:55 - ST2		
09:00	HIIT 09:00 - 09:25 - ST2	ESPALDA SANA 09:30 - 10:25 - ST1	TRX 09:00 - 09:25 - FUN	CROSSTRaining 09:30 - 10:25 - ST2	ESTIRAMIENTOS 09:00 - 09:25 - ST2		
	CYCLING 09:30 - 10:15 - CYC	TONE 09:30 - 10:25 - ST2	B.PUMP 09:30 - 10:25 - ST2	TRX 09:30 - 09:55 - FUN	B.BALANCE 09:30 - 10:25 - ST2		
	GAP 09:30 - 09:55 - ST2		CYCLING 09:30 - 10:15 - CYC		CYCLING 09:30 - 10:15 - CYC		
	PILATES 09:30 - 10:25 - ST1		YOGA 09:30 - 10:25 - ST1				
10:00	ABDOMINALES 10:00 - 10:25 - ST2	TRX 10:00 - 10:25 - FUN	B.COMBAT 10:30 - 11:25 - ST1	ABDOMINALES 10:00 - 10:25 - ST1	B.PUMP 10:30 - 11:25 - ST2	CYCLING 10:30 - 11:15 - CYC	
	B.COMBAT 10:30 - 11:25 - ST2	ABDOMINALES 10:30 - 10:55 - ST1	CROSSTRaining 10:30 - 11:25 - ST2	CYCLING 10:30 - 11:15 - CYC	TRX 10:30 - 10:55 - FUN		
	CYCLING 10:30 - 11:15 - CYC	CROSSTRaining 10:30 - 11:25 - ST2		STEP 10:30 - 11:25 - ST2			
	DANCE 10:30 - 11:25 - ST1	CYCLING 10:30 - 11:15 - CYC					
	TRX 10:30 - 10:55 - FUN						
11:00	B.ATTACK 11:30 - 12:25 - ST1	YOGA 11:15 - 12:10 - ST1	ABDOMINALES 11:30 - 11:55 - ST1	YOGA 11:15 - 12:10 - ST1	ABDOMINALES 11:00 - 11:25 - ST1		
	ZUMBA 11:30 - 12:25 - ST2	B.PUMP 11:30 - 12:25 - ST2	ZUMBA 11:30 - 12:25 - ST2	B.PUMP 11:30 - 12:25 - ST2	B.COMBAT 11:30 - 12:25 - ST2		
12:00	ABDOMINALES 12:30 - 12:55 - ST1		ESTIRAMIENTOS 12:00 - 12:25 - ST1	TRX 12:00 - 12:25 - FUN	ABDOMINALES 12:30 - 12:55 - ST2		
				ZUMBA 12:30 - 13:25 - ST2			
13:00		ABDOMINALES 13:00 - 13:25 - ST1					
14:00	CROSSTRaining 14:30 - 15:25 - ST2	CYCLING 14:30 - 15:15 - CYC	ABDOMINALES 14:30 - 14:55 - ST1	B.COMBAT 14:30 - 15:25 - ST2	ABDOMINALES 14:00 - 14:25 - ST2		
			B.PUMP 14:30 - 15:25 - ST2		CYCLING 14:30 - 15:15 - CYC		
15:00				ABDOMINALES 15:30 - 15:55 - ST2	ABDOMINALES 15:30 - 15:55 - ST2		
16:00			GAP 16:00 - 16:25 - ST2				
17:00	ESPALDA SANA 17:00 - 17:55 - ST1	B.PUMP 17:00 - 17:55 - ST2	B.PUMP 17:00 - 17:55 - ST2	B.PUMP 17:00 - 17:55 - ST2	GAP 17:00 - 17:25 - ST2		
	CYCLING 17:30 - 18:15 - CYC	ESPALDA SANA 17:00 - 17:55 - ST1	CYCLING 17:30 - 18:15 - CYC	CYCLING 17:30 - 18:15 - CYC			
		CYCLING 17:30 - 18:15 - CYC		HIIT 17:30 - 17:55 - ST1			
18:00	CROSSTRaining 18:00 - 18:55 - ST1	GAP 18:00 - 18:55 - ST2	GAP 18:00 - 18:55 - ST1	PILATES 18:00 - 18:55 - ST2	CYCLING 18:30 - 19:15 - CYC		
	YOGA 18:00 - 18:55 - ST2	CYCLING 18:30 - 19:15 - CYC	YOGA 18:00 - 18:55 - ST2	ZUMBA 18:00 - 18:55 - ST1			
	CYCLING 18:30 - 19:15 - CYC		CYCLING 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

Lowfit en
las Redes sociales



Horario de actividades dirigidas

Centro



HORA	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
19:00	ABDOMINALES 19:00 - 19:25 - FUN	ABDOMINALES 19:00 - 19:25 - ST1	ABDOMINALES 19:00 - 19:25 - ST1	B.COMBAT 19:00 - 19:55 - ST1	B.PUMP 19:00 - 19:55 - ST2		
	PILATES 19:00 - 19:55 - ST1	CROSSTRaining 19:00 - 19:55 - ST2	B.PUMP 19:00 - 19:55 - ST2	CROSSTRaining 19:00 - 19:55 - ST2	ABDOMINALES 19:30 - 19:55 - ST1		
	ZUMBA 19:00 - 19:55 - ST2	CYCLING 19:30 - 20:15 - CYC	CYCLING 19:30 - 20:15 - CYC	CYCLING 19:30 - 20:15 - CYC			
	CYCLING 19:30 - 20:15 - CYC	ESTIRAMIENTOS 19:30 - 19:55 - ST1	HIIT 19:30 - 19:55 - ST1				
	TRX 19:30 - 19:55 - FUN						
20:00	B.PUMP 20:00 - 20:55 - ST2	PILATES 20:00 - 20:55 - ST1	TRX 20:00 - 20:25 - FUN	ABDOMINALES 20:00 - 20:25 - ST1	ESTIRAMIENTOS 20:00 - 20:25 - ST1		
	CYCLING 20:30 - 21:15 - CYC	ZUMBA 20:00 - 20:55 - ST2	ZUMBA 20:00 - 20:55 - ST2	B.PUMP 20:00 - 20:55 - ST2	CYCLING 20:30 - 21:15 - CYC		
		CYCLING 20:30 - 21:15 - CYC	CYCLING 20:30 - 21:15 - CYC	CYCLING 20:30 - 21:15 - CYC			
21:00	ABDOMINALES 21:00 - 21:25 - ST1	ABDOMINALES 21:00 - 21:25 - ST1	B.COMBAT 21:00 - 21:55 - ST2		ABDOMINALES 21:30 - 21:55 - ST2		
	B.COMBAT 21:00 - 21:55 - ST2	B.PUMP 21:00 - 21:55 - ST2	TRX 21:30 - 21:55 - FUN				
	HIIT 21:30 - 21:55 - ST1	GAP 21:30 - 21:55 - ST1					