

# HORARIOS : SPA FITNES CENTER - 2011- OCTUBRE

	LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
7:40	GAP	SPINNING	BODYCOMPLET	SPINNING	CLASE EXTRA
9:30		C. HIDRAULICO SUAVE**		C. HIDRAULICO SUAVE**	
9:30	SPINNING	GAP	SPINNING	BODYCOMPLET	CLASE EXTRA
14:30	SPINNING	BODY GAP	SPINNING	GAP/STREENCHING	
15:30	SPINNING	GAP/STREENCHING	SPINNING	STEP POWER	
16:30		SPINNING		STEP POWER	
17:30	SPINNING	BODY COMPLET	SPINNING	GAP/STREENCHING	
18:20		PILATES		PILATES	
18:20		BAILE INFANTIL		BAILE INFANTIL	
19:15	SPINNING	SPINNING	SPINNING	SPINNING	
	STEP POWER	GAP	STEP POWER	BODY- GAP	
		CIRCUITO HIDRAULICO		CIRCUITO HIDRAULICO	
20:10	CIRCUITO AMERICANO		CIRCUITO AMERICANO		
	SPINNING	SPINNING	SPINNING	SPINNING	LATINO
	PILATES	LATINO	PILATES	GAP	
21:15	SPINNING	SPINNING	SPINNING	SPINNING	
	BODYCOMPLET	GAP	BODY- GAP	FIGHTBOX	

## ARTES MARCIALES

	LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
18:30		JKA/KALI (INFANTIL)		JKA/KALI (INFANTIL)	
19:30		JKA		KALI / SILAT	
20:30		KALI / SILAT		JKA	
21:00	KICKBOXING		KICKBOXING		KICKBOXING

"TODAS LAS ACTIVIDADES CON \* SON ACTIVIDADES EXTRA"

USO OBLIGATORIO DE : TOALLA, GUANTES Y AGUA O BEBIDA ISOTONICA EN TODAS LAS ACTIVIDADES

HORARIO DE SALAS FITNESS: DE LUNES A JUEVES DE 7:00 A 23:00 Y VIERNES DE 7:00 A 22:00 / SABADOS DE 10:00 A 14:00

" LA EMPRESA SE RESERVA EL DERECHO DE MODIFICAR CUALQUIER HORARIO "