



## LA BALLENA

LUNES A VIERNES: 06:00 - 23:00 | SÁBADOS Y FESTIVOS: 08:00 - 20:00 | DOMINGOS: 09:00 - 15:00

	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado
6:15	MACRO FUNCIONAL	MACRO FUNCIONAL	MACRO FUNCIONAL	MACRO FUNCIONAL	MACRO FUNCIONAL	
6:30	SPINNING		SPINNING		SPINNING	
8:00	MACRO FUNCIONAL	MACRO FUNCIONAL	MACRO FUNCIONAL	MACRO FUNCIONAL	MACRO FUNCIONAL	
8:15	BODYPUMP	SPINNING	BODYPUMP	SPINNING		
9:00	MACRO FUNCIONAL	MACRO FUNCIONAL	MACRO FUNCIONAL	MACRO FUNCIONAL	MACRO FUNCIONAL	
9:15						
9:30	SPINNING	GAP	SPINNING	SPINNING	SPINNING	
10:00	MACRO FUNCIONAL	MACRO FUNCIONAL	MACRO FUNCIONAL	MACRO FUNCIONAL	MACRO FUNCIONAL	
10:30	BODYPUMP	ZUMBA	ZUMBA	ZUMBA	BODYPUMP	SPINNING
11:00						
11:15	ESCUELA DE BAILE LATINOS - CARIBEÑOS P*		ESCUELA DE BAILE LATINOS - CARIBEÑOS P*			
11:30	ESPALDA SANA	PILATES	ESPALDA SANA	PILATES	STRETCHING 30'	YOGA *
12:00	ESCUELA DE BAILE KIZOMBA		ESCUELA DE BAILE KIZOMBA			* 1º SÁBADO MES
13:00						
14:30		BODYPUMP		GAP		
16:00						
17:00	MACRO FUNCIONAL SPINNING	MACRO FUNCIONAL	MACRO FUNCIONAL SPINNING	MACRO FUNCIONAL		
17:30	BODYCOMBAT	BODYPUMP	LES MILLS CORE	BODYPUMP	BODYPUMP	
18:00	MACRO FUNCIONAL BODYPUMP	MACRO FUNCIONAL SPINNING	MACRO FUNCIONAL BODYPUMP	MACRO FUNCIONAL SPINNING	MACRO FUNCIONAL SPINNING	
18:15						
18:30	SPINNING	ZUMBA		ZUMBA		
19:00	MACRO FUNCIONAL BODYATTACK EXPRESS 30'	MACRO FUNCIONAL SPINNING ESCUELA DE BAILE SALÓN	MACRO FUNCIONAL BODYCOMBAT BODYATTACK EXPRESS 30'	MACRO FUNCIONAL SPINNING ESCUELA DE BAILE SALÓN	MACRO FUNCIONAL	
19:15						
19:30	BODYPUMP					
19:45	ZUMBA	ESCUELA DE BAILE LATINOS - CARIBEÑOS P*	ZUMBA SPINNING	ESCUELA DE BAILE LATINOS - CARIBEÑOS P*		
20:00	MACRO FUNCIONAL	MACRO FUNCIONAL	MACRO FUNCIONAL LES MILLS CORE	MACRO FUNCIONAL		
20:30		ESCUELA DE BAILE LATINOS - CARIBEÑOS I*		ESCUELA DE BAILE LATINOS - CARIBEÑOS I*		
21:00						
21:15		ESCUELA DE BAILE KIZOMBA		ESCUELA DE BAILE KIZOMBA		

Escuela de baile P\* (principiante) I\* (intermedio)

■ SALA 1 ■ SALA 2 ■ SALA SPINNING ■ ZONA FUNCIONAL ■ LA CUBIERTA

HORARIO A PARTIR DEL 15.02.2024