



LAS PALMAS

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

	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado
6:00						
6:30	TOTAL TRAINING	BODYPUMP	TOTAL TRAINING	TOTAL TRAINING		
7:00	SPINNING		SPINNING		SPINNING	
8:00	MACRO FUNCIONAL	MACRO FUNCIONAL	MACRO FUNCIONAL	MACRO FUNCIONAL	MACRO FUNCIONAL	
8:30						
9:00	MACRO FUNCIONAL	MACRO FUNCIONAL	MACRO FUNCIONAL	MACRO FUNCIONAL	MACRO FUNCIONAL	
9:15						
9:30	TOTAL TRAINING	GAP	LES MILLS CORE	GAP	LES MILLS CORE	
10:15						
10:30	ZUMBA	ZUMBA	ZUMBA	ZUMBA	ZUMBA	SPINNING
11:15						
11:30	BODYPUMP	YOGA-PILATES	ESPALDA SANA	YOGA-PILATES	BODYPUMP	
12:30	MANTENIMIENTO FÍSICO		MANTENIMIENTO FÍSICO		MANTENIMIENTO FÍSICO	
13:00						
14:00						
14:30	MACRO FUNCIONAL BODYPUMP	MACRO FUNCIONAL SPINNING	MACRO FUNCIONAL BODYPUMP	MACRO FUNCIONAL SPINNING	MACRO FUNCIONAL	
16:00						
17:00	ZUMBA		ZUMBA		BODYPUMP	
17:30		BODYPUMP		GAP		
18:00	SPINNING LES MILLS CORE		SPINNING BODYPUMP		SPINNING ZUMBA	
18:15	MACRO FUNCIONAL		MACRO FUNCIONAL	MACRO FUNCIONAL	MACRO FUNCIONAL	
18:30		ZUMBA SPINNING		ZUMBA SPINNING		
19:00	MACRO FUNCIONAL STEP SPINNING	MACRO FUNCIONAL	MACRO FUNCIONAL SPINNING	MACRO FUNCIONAL	MACRO FUNCIONAL LES MILLS CORE	
19:15			AEROBOXING			
19:30		GAP SPINNING		ESPALDA SANA SPINNING		
19:45					YOGA	
20:00	MACRO FUNCIONAL SPINNING	MACRO FUNCIONAL	MACRO FUNCIONAL SPINNING			
20:15	ZUMBA		ZUMBA			
20:30		TOTAL TRAINING		BODYPUMP		
21:00						

■ SALA ACTIVIDADES ■ SALA SPINNING ■ ZONA FUNCIONAL