



## CASTILLO

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

	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado
6:00						
6:15	MACRO FUNCIONAL	MACRO FUNCIONAL	MACRO FUNCIONAL	MACRO FUNCIONAL	MACRO FUNCIONAL	
6:30		SPINNING		SPINNING		
7:30	MACRO FUNCIONAL	MACRO FUNCIONAL	MACRO FUNCIONAL	MACRO FUNCIONAL	MACRO FUNCIONAL	
8:15	SPINNING	INDOOR WALKING	SPINNING	SPINNING	SPINNING	
8:30	YOGA FLOW	ESPALDA SANA		HATTA YOGA	YOGA FLOW	
9:00	MACRO FUNCIONAL	MACRO FUNCIONAL	MACRO FUNCIONAL	MACRO FUNCIONAL	MACRO FUNCIONAL	
9:30	SPINNING	SPINNING		SPINNING		
	PILATES	YOGA FLOW	PILATES	YOGA FLOW	YOGA	
	BODYPUMP	GAP	BODYPUMP	GAP	TOTAL FIT	
	MACRO FUNCIONAL	MACRO FUNCIONAL	MACRO FUNCIONAL	MACRO FUNCIONAL	MACRO FUNCIONAL	
10:00						
10:30	HATTA YOGA	YOGA		YOGA		
	INDOOR WALKING	SPINNING	INDOOR WALKING			SPINNING
	ZUMBA	ZUMBA	ZUMBA	ZUMBA	ZUMBA	
	MACRO FUNCIONAL	MACRO FUNCIONAL	MACRO FUNCIONAL	MACRO FUNCIONAL	MACRO FUNCIONAL	
11:30						SPINNING
12:00		SPINNING		SPINNING		
12:30						
13:00	MACRO FUNCIONAL	MACRO FUNCIONAL	MACRO FUNCIONAL	MACRO FUNCIONAL	MACRO FUNCIONAL	
14:00	SPINNING	MACRO FUNCIONAL	SPINNING	MACRO FUNCIONAL	SPINNING	
16:00						
17:00	PILATES		PILATES		PILATES	
	MACRO FUNCIONAL	MACRO FUNCIONAL	MACRO FUNCIONAL	MACRO FUNCIONAL	MACRO FUNCIONAL	
17:15		SPINNING		SPINNING		
17:15		CORE		CORE		
17:30	GAP	PILATES	BODYPUMP	PILATES	BODYPUMP	
	SPINNING		SPINNING			
18:00	GLUT30	BODYPUMP	CORE30	BODYPUMP	HATTA YOGA	
	MACRO FUNCIONAL	MACRO FUNCIONAL	MACRO FUNCIONAL	MACRO FUNCIONAL	MACRO FUNCIONAL	
	BODYPUMP	YOGA FLOW	GAP	YOGA FLOW	ZUMBA	
18:30			INDOOR WALKING		INDOOR WALKING	
	SPINNING	SPINNING		SPINNING		
19:00	PILATES		PILATES			
	MACRO FUNCIONAL	MACRO FUNCIONAL	MACRO FUNCIONAL	MACRO FUNCIONAL	MACRO FUNCIONAL	
19:15		ZUMBA		ZUMBA		
19:30	SPINNING	SPINNING	SPINNING	SPINNING	SPINNING	
	ZUMBA	GLUT30	ZUMBA	PILATES	GLUT+CORE	
20:00	MACRO FUNCIONAL	MACRO FUNCIONAL	MACRO FUNCIONAL	MACRO FUNCIONAL	MACRO FUNCIONAL	
	HATTA YOGA		HATTA YOGA			
20:30		PILATES		ESPALDA SANA		

■ SALA 1 ■ SALA 2 ■ SALA SPINNING ■ INDOOR WALKING ■ ZONA FUNCIONAL