





























	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
07:15	CICLO 	CICLO 	CICLO 	CICLO 	CICLO 
08:15	CICLO 	CICLO 	CICLO 	CICLO 	CICLO 
09:30	CICLO	BODY FIT	STEP	BODY FIT	SHOT A BAILAR
10:30	PILATES	SHOT A BAILAR	TBC	CICLO	FIT BALANCE
11:30	CICLO 	CICLO 	CICLO 	CICLO 	CICLO 
12:30	CICLO 	CICLO 	CICLO 	CICLO 	CICLO 
14:00	CROSS CIRCUIT	ABD	GAP		
14:30	SHOT A BAILAR	PILATES	CICLO	TBC	CICLO 
15:30	CICLO 	CICLO 	CICLO 	CICLO 	CICLO 
18:15	TBC	CICLO	BODY FIT	STEP	SHOT A BAILAR
19:15	SHOT A BAILAR	PILATES	CICLO	TBC	FIT BALANCE
19:30	SHOT CIRCUIT	SHOT CIRCUIT	SHOT CIRCUIT		
20:00	SHOT CIRCUIT	SHOT CIRCUIT	SHOT CIRCUIT		
20:15	CICLO	STEP	PILATES	AEROBOX	CICLO 
20:30	CROSS CIRCUIT	ABD	GAP		
21:15	PILATES	CICLO	BODY FIT	SHOT A BAILAR	CICLO 

	SÁBADO	DOMINGO
12:00	CICLO 	CICLO 
18:00	CICLO 	
19:00	CICLO 	

# SHOT

URBAN GYM

Horario de actividades **FITUP SHOT**

**MERCADO DE BAMI**

Vigente a partir del 15 de Septiembre de 2018

NIVEL DE INTENSIDAD DE LAS ACTIVIDADES

 **BAJA**

PILATES  
SHOT A BAILAR  
FITBALANCE

 **MEDIA**

CICLO VIRTUAL  
STEP  
GAP  
ABD

 **ALTA**

TBC  
CICLO  
AEROBOX  
BODYFIT  
CROSS CIRCUIT  
SHOT CIRCUIT

 **CLASES VIRTUALES**

El centro se reserva el derecho de realizar cualquier modificación en el horario. Es obligatorio acceder a las clases tanto con ropa deportiva, como con toalla. No se permite el acceso a ninguna clase pasados 10 minutos desde su comienzo por seguridad. Está totalmente prohibido el uso de teléfonos móviles dentro de las clases. Las clases con instructor serán grabadas para las multimedia. Las personas que no deseen ser grabadas tendrán que situarse donde no sean captados por la cámara.