

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

	SÁBADO	DOMINGO
12:00	CICLO 🚲	CICLO 🚲
13:00	CICLO 🚲	CICLO 🚲
18:00	CICLO 🚲	
19:00	CICLO 🚲	

SHOT

URBAN GYM

Horario de actividades **FITUP SHOT BOADILLA**

Vigente a partir del 14 de ENERO de 2019

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.