

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

	SÁBADO	DOMINGO
12:00	CICLO	CICLO
19:00	CICLO	

# SHOT

URBAN GYM

Horario de actividades FITUP SHOT DELICIAS  
Vigente a partir del 26 de NOVIEMBRE de 2018

NIVEL DE INTENSIDAD DE LAS ACTIVIDADES

**BAJA**

PILATES  
SHOT A BAILAR  
FIT BALANCE

**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.