

# HORARIO DE CLASES LOGROÑO

A PARTIR DEL 14 DE ENERO DE 2019

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
07:30			E1 SPINN				
08:15		E2 BODYPUMP					
09:15	E1 SPINN E2 STEP			E2 BODYPUMP			
09:30	E3 PILATES	E2 ZUMBA	E2 GRIT SERIES	E3 MANTENIMIENTO	E4 ESTIRAMIENTOS E3 PILATES		
09:45		E3 MANTENIMIENTO	E1 SPINN		E1 SPINN	E1 SPINN	E1 SPINN
10:00				SF TEAMBEATS			
10:15	E2 BODYPUMP	E1 SPINN	E2 ZUMBA	E1 SPINN			
10:30		E2 BODYCOMBAT	E3 PILATES	E2 ZUMBA	E2 BODYCOMBAT		
10:45	E4 ESTIRAMIENTOS			E3 BODYBALANCE		E1 SPINN	E1 SPINN
11:00		E3 BODYBALANCE			E3 GAP	E3 YOGA	
11:15		SF ABD 20	SF E. FUNCIONAL E2 BODYPUMP				
11:30	E3 GRIT SERIES E2 ZUMBA			E2 BODYCOMBAT			
11:45					E2 ZUMBA		E3 PILATES
12:00			E4 ESTIRAMIENTOS	SF ABD 20			
12:15	SF ABD 20	E2 BODYPUMP				E2 ZUMBA	
12:30				E3 YOGA			
12:45			SF ABD 20		E1 SPINN		E2 BODYPUMP
13:00		E3 YOGA		E2 STEP			
13:15	E1 SPINN						
14:00			SF TEAMBEATS E3 PILATES	E1 SPINN E3 GAP	SF ABD 20		
14:15		SF E. FUNCIONAL E1 SPINN			E3 BODYBALANCE		
14:30	E3 BODYBALANCE						
15:00	E2 ZUMBA						
15:15			E2 BODYPUMP	SF E. FUNCIONAL			
15:30		E3 GAP					
15:45			E1 SPINN				
16:00	E1 SPINN				E3 GAP		
16:45		E3 BODYBALANCE					
17:00	E2 BODYPUMP			E3 RITMOS LATINOS			
17:30	E4 ESTIRAMIENTOS	SF TEAMBEATS E1 SPINN		E2 BODYPUMP	SF E. FUNCIONAL E2 STEP	E3 GAP	
17:45				E3 R. LATINOS AV.			
18:00	E3 GAP	E3 RITMOS LATINOS	E4 ESTIRAMIENTOS				
18:15	E2 BODYCOMBAT		E3 YOGA	E1 SPINN	E1 SPINN		
18:30		E1 SPINN SF ABD 20	SF ABD 20 E2 BODYCOMBAT	D DREAMCROSS	E3 YOGA E2 ZUMBA	E1 SPINN	
18:45	E1 SPINN	E3 R. LATINOS AV.	E1 SPINN	E2 ZUMBA			
19:00	E3 YOGA	E2 BODYCOMBAT			SF TEAMBEATS		
19:15				E3 PILATES E1 SPINN			
19:30	E2 ZUMBA	E1 SPINN			E2 BODYCOMBAT		
19:45	SF E. FUNCIONAL E1 SPINN		E2 ZUMBA E1 SPINN		E1 SPINN		
20:00		E3 PILATES	SF E. FUNCIONAL	E2 BODYCOMBAT			
20:15	E3 GRIT SERIES	D DREAMCROSS		E1 SPINN			
		E2 BODYPUMP		E3 BODYBALANCE			
20:30	SF ABD 20 E2 STEP	E1 SPINN	E3 GAP	SF ABD 20			
20:45					E2 BODYPUMP		
21:00	E1 SPINN E3 PILATES		E1 SPINN				
21:15				E2 GRIT SERIES			
21:30	E2 BODYPUMP	E2 ZUMBA					

## LEYENDA

 ADRENALINA	 BAILE	 CARDIO	 CUERPO Y MENTE	 TONIFICACIÓN	 VIRTUAL
 D DREAMCROSS	 E1 ESTUDIO 1	 E2 ESTUDIO 2	 E3 ESTUDIO 3	 E4 ESTUDIO 4	 SF SALA FUNCIONAL