

HORARIO DE CLASES LOS ENLACES

A PARTIR DEL 18 DE NOVIEMBRE DE 2019

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
07:00							
07:30	E3 BOXEO	E2 BODYPUMP	E1 SPINN				
08:00							
08:30					E3 YOGA		
09:00							
09:15	E2 STEP			E2 BODYPUMP			
09:30	E1 SPINN E3 PILATES	E2 ZUMBA	E3 BOXEO E2 STEP	E3 T. DE ESPALDA	E2 PILATES		
09:45			E1 SPINN		E1 SPINN		
10:00		E3 T. DE ESPALDA					E1 SPINN
10:15	E2 BODYPUMP	E1 SPINN		E1 SPINN F ESTIRAMIENTOS	F ESTIRAMIENTOS	E1 SPINN	
10:30	DC DREAMCROSS E3 T. DE ESPALDA	E2 BODYCOMBAT	E3 PILATES E2 BODYPUMP	E2 ZUMBA	E2 GAP	E2 T. ESPECIAL	
10:45		F ESTIRAMIENTOS		E3 BODYBALANCE			
11:00		F ABD 20 E3 BODYBALANCE			E3 BODYCOMBAT	E3 RITMOS LATINOS	
11:15	F ESTIRAMIENTOS		F ESTIRAMIENTOS			F ESTIRAMIENTOS E2 PILATES	E2 BODYPUMP
11:30	E2 ZUMBA		E3 GRIT SERIES E2 ZUMBA	E2 GAP	E2 ZUMBA		
12:00					E1 SPINN	E3 R. LATINOS AV.	
12:15	F ABD 20	E2 BODYPUMP	F ABD 20	E3 BOXEO		E2 ZUMBA	
12:30		E3 YOGA					
13:00							
13:15	E1 SPINN						
14:00				E1 SPINN			
14:15		E2 GRIT SERIES	E3 BOXEO E2 GAP	E2 GRIT SERIES	E2 BODYPUMP		
14:30	E3 BODYBALANCE						
15:00		F ABD 20					
15:45		E2 BODYPUMP		E2 GAP			
16:00							
16:15	E3 YOGA			E3 YOGA			
17:00	E1 SPINN E2 BODYPUMP	E2 PILATES			E2 ZUMBA		
17:15			E2 BODYPUMP				
17:30			E1 SPINN	E3 RITMOS LATINOS E2 GRIT SERIES	DC DREAMCROSS	E2 BODYPUMP	
17:45		E1 SPINN					
18:00	E3 GAP	E2 GAP E3 RITMOS LATINOS		E1 SPINN	E2 BODYCOMBAT		
18:15	E2 BODYCOMBAT DC DREAMCROSS			F ABD 20 E3 R. LATINOS AV. E2 BODYPUMP	E1 SPINN		
18:30	E1 SPINN		E2 PILATES DC DREAMCROSS			E1 SPINN	
18:45		F ABD 20 E3 R. LATINOS AV.	E1 SPINN				
19:00	E3 T. DE ESPALDA	E2 BODYCOMBAT E1 SPINN			DC DREAMCROSS		
19:15	F ABD 20	F ESTIRAMIENTOS	E3 T. DE ESPALDA	E3 PILATES E1 SPINN	E2 BODYPUMP		
19:30	E2 STEP SCC CLUB CORREDORES DC DREAMCROSS		E2 ZUMBA SCC CLUB CORREDORES	F E. FUNCIONAL E2 ZUMBA	E3 BOXEO		
19:45	F ESTIRAMIENTOS E1 SPINN	E3 BODYBALANCE	F E. FUNCIONAL		E1 SPINN		
20:00	E3 BOXEO		DC DREAMCROSS E1 SPINN				
20:15	F E. FUNCIONAL	E2 BODYPUMP	F ESTIRAMIENTOS E3 GAP	F ESTIRAMIENTOS E3 BODYBALANCE	F ESTIRAMIENTOS		
20:30	E2 ZUMBA	E1 SPINN	E2 STEP	F ABD 20 E1 SPINN E2 BODYCOMBAT	F E. FUNCIONAL E2 STEP		
21:00	E3 PILATES E1 SPINN	E3 BOXEO					
21:15		E2 ZUMBA					
21:30	E2 BODYPUMP	F E. FUNCIONAL	E2 BODYCOMBAT	E3 BOXEO			
22:00							

LEYENDA

ALTA INTENSIDAD	BAILE	CARDIO	CUERPO Y MENTE	TONIFICACIÓN
DC DREAM CROSS	E1 ESTUDIO 1	E2 ESTUDIO 2	E3 ESTUDIO 3	F FITNESS
				SCC SALA CLUB CORREDOR