




HORARIO DE CLASES SANT ADRIÀ DE BESÓS

A PARTIR DEL 20 DE SEPTIEMBRE DE 2021

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
07:00							
07:15		E1 SPINN		E1 SPINN			
08:00							
08:15							
08:30			E1 SPINN		SF CORE		
08:45	SF E. FUNCIONAL	SF CORE					
09:00	E3 ZUMBA	E2 ZUMBA	E3 ZUMBA				
09:15	E2 STEP	E2 ZUMBA		E1 SPINN			
09:30	E1 SPINN		E2 BODYPUMP	E2 GAP	E2 ZUMBA		
09:45				SF E. FUNCIONAL	E3 PILATES		
10:00	E3 ¡REACTÍVATE!		E3 ¡REACTÍVATE!				
10:15		E1 SPINN			E1 SPINN		
10:30	E2 BODYPUMP	E2 BODYCOMBAT		E2 ZUMBA	E3 STEP	E1 SPINN	
11:00		E3 BODYBALANCE	E3 PILATES		E2 GRIT SERIES		E1 SPINN
11:15							
11:30						E2 ZUMBA	
11:45			SF CORE				
12:00	E3 YOGA			SF CORE			E2 BODYPUMP
12:15		E3 R. LATINOS LIBRES			E3 R. LATINOS LIBRES		
12:30	SF CORE					E2 BODYPUMP	
13:00							
13:15		SF E. FUNCIONAL		SF E. FUNCIONAL			
14:00							
14:15	E1 SPINN	E2 BODYPUMP	SF E. FUNCIONAL	E1 SPINN			
15:00							
15:15			E1 SPINN				
15:30	E2 BODYCOMBAT	SF E. FUNCIONAL	E2 ZUMBA	E2 BODYPUMP			
16:00							
16:15							
16:45		E3 PILATES		E2 GAP			
17:00							
17:15				SF E. FUNCIONAL	E2 BODYPUMP		
17:30		E1 SPINN	E2 BODYPUMP				
17:45	E2 BODYPUMP	E3 BODYCOMBAT		SF CORE	E3 ZUMBA		
18:00	E1 SPINN		SF E. FUNCIONAL		E1 SPINN	E1 SPINN	
18:15	SF E. FUNCIONAL						
18:30		E2 ZUMBA	E3 PILATES		E2 BODYCOMBAT		
18:45	E3 BODYCOMBAT	E1 SPINN					
18:55	E3 BODYCOMBAT	E3 YOGA		E2 ZUMBA			
19:00	E2 ZUMBA	SF E. FUNCIONAL	E1 SPINN				
19:15	E1 SPINN	E2 BODYPUMP	E3 STEP	E1 SPINN			
19:30			E2 ZUMBA				
19:45	SF CORE	E3 R. LATINOS PAREJA	SF CLUB CORREDORES	E2 BODYPUMP	E1 SPINN		
20:00	E3 PILATES	E1 SPINN	E1 SPINN				
20:15	E1 SPINN	SF CORE		E1 SPINN			
20:30	E2 GAP		E2 BODYPUMP				
21:00		E2 BODYPUMP					
21:15				SF E. FUNCIONAL			
21:30	SF E. FUNCIONAL						
22:00							

LEYENDA

 ALTA INTENSIDAD	 BAILE	 CARDIO	 CUERPO Y MENTE	 TONIFICACIÓN
 E1 ESTUDIO 1	 E2 ESTUDIO 2	 E3 ESTUDIO 3	 SF SALA FITNESS	