

HORARIO DE CLASES ALCAMPO SEVILLA

A PARTIR DEL 18 DE NOVIEMBRE DE 2019

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

LEYENDA

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