

HORARIO DE CLASES VALLECAS

A PARTIR DEL 05 DE DICIEMBRE DE 2022

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
07:05							
07:10							
07:30							
08:05							
08:10							
08:15	E3 ¡REACTÍVATE!		E3 ¡REACTÍVATE!				
08:30							
09:00			E1 SPINN				
09:05							
09:10							
09:15					E1 SPINN		
09:30	E1 SPINN						
09:45	EF E. FUNCIONAL		E2 ZUMBA				
10:00	E4 BOXEO				E2 BODYPUMP	E1 SPINN E2 YOGA	EF E. FUNCIONAL
10:05							
10:10							
10:15	E3 PILATES	E1 SPINN					
10:30	E2 BODYPUMP		E3 BODYCOMBAT				
11:00					E2 BODYCOMBAT	E1 SPINN E4 BOXEO	E1 SPINN
11:05							
11:10							
11:15				E1 SPINN			
11:30	E1 SPINN		E2 BODYPUMP				
11:45	E2 ZUMBA						
12:00					E3 PILATES	E2 BODYPUMP	E2 BODYCOMBAT
12:05							
12:10							
12:15			E3 PILATES		E1 SPINN		
12:30			E1 SPINN				
12:45	E2 GAP						
13:00					E2 ZUMBA		
13:05							
13:10							
13:15						E2 R. LATINOS PAREJA	
13:30						EF CORE	
14:00						E2 R. LATINOS PAREJA	
14:05							
14:10							
14:30	E2 BODYPUMP						
15:00			E3 PILATES EF E. FUNCIONAL				
15:05							
15:10							
15:30	E1 SPINN		EF CORE				
16:05							
16:10							
16:30					EF E. FUNCIONAL		
17:00	E2 SH'BAM						
17:05							
17:10							
17:30	E3 PILATES EF E. FUNCIONAL		E2 GAP E3 BODYCOMBAT		E3 GAP	E2 GAP	
18:00	E2 BODYCOMBAT E4 BOXEO EF CORE						
18:05							
18:10							
18:15			EF E. FUNCIONAL		E1 SPINN		
18:30	E3 GAP		E1 SPINN E2 R. LATINOS PAREJA				
18:45			E3 PILATES EF CORE			E1 SPINN	
19:00	E4 BOXEO		E4 BOXEO		E2 BODYPUMP E4 BOXEO		
19:05							
19:10							
19:15			E2 R. LATINOS PAREJA		E1 SPINN		
19:30	E3 GRIT SERIES EF CLUB CORREDORES		E1 SPINN EF CLUB CORREDORES				
19:45			E3 BODYBALANCE				
20:00			E4 BOXEO				
20:05							
20:10							
20:15	E1 SPINN E2 BODYPUMP E3 T. DE ESPALDA		E2 ZUMBA EF CROSS		E2 ZUMBA		
20:30	EF CROSS		E1 SPINN				
21:00			E3 YOGA				
21:05							
21:10							
21:15	E3 BODYBALANCE EF CORE		E2 BODYPUMP				
21:30							
22:05							
22:10							

LEYENDA

 ALTA INTENSIDAD	 BAILE	 CARDIO	 CUERPO Y MENTE	 TONIFICACIÓN
 EF ENT. FUNCIONAL	 E1 ESTUDIO 1	 E2 ESTUDIO 2	 E3 ESTUDIO 3	 E4 ESTUDIO 4