















HORARIO DE CLASES VALLECAS

A PARTIR DEL 16 DE SEPTIEMBRE DE 2019

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
07:05							
07:10							
07:30							
08:05							
08:10							
08:30	E3 MANTENIMIENTO	E3 BODYBALANCE	E3 MANTENIMIENTO		E3 ESTIRAMIENTOS		
09:00			E1 SPINN				
09:05							
09:10							
09:15	E1 SPINN						
09:30	E2 BODYCOMBAT	E2 BODYPUMP	E2 ZUMBA	E3 YOGA	E1 SPINN		
09:45		E3 YOGA		E2 GAP	E2 BODYPUMP		
10:00	E3 PILATES	B BOXEO		B BOXEO		B BOXEO	
10:05						E3 YOGA	
10:10							
10:15				E1 SPINN			
10:30	E2 BODYPUMP	E1 SPINN	E2 BODYCOMBAT	E2 SH'BAM		E1 SPINN	E1 SPINN
10:45	EF DREAMCROSS	E2 SH'BAM	EF E. FUNCIONAL	E3 PILATES			
11:00					E2 BODYCOMBAT	B BOXEO	
11:05					FV ABD 20		
11:10							
11:15							FV ABD 20
11:30			E1 SPINN	E2 BODYBALANCE		E2 BODYPUMP	E1 SPINN
11:45	E2 ZUMBA	E2 BODYCOMBAT	E2 BODYPUMP	E3 GRIT SERIES			
12:00	E1 SPINN		E3 PILATES		E1 SPINN		
12:05							
12:10							
12:15	E3 ESTIRAMIENTOS	E3 T. DE ESPALDA					
12:30					E3 PILATES		E2 BODYCOMBAT
12:45	E2 GAP		FV ABD 20			FV ABD 20	
13:00	E3 BODYBALANCE					E2 RITMOS LATINOS	
13:05							
13:10							
13:30				E3 ESTIRAMIENTOS	EF E. FUNCIONAL	E2 R. LATINOS AV.	
13:45		FV ABD 20					
14:00			EF DREAMCROSS				
14:05							
14:10							
14:15		E2 GRIT SERIES		E2 ZUMBA			
14:30	E2 BODYPUMP		E1 SPINN				
14:45				E1 SPINN	E2 GAP		
15:00	E3 ZUMBA	E3 PILATES	E3 BODYBALANCE				
15:05							
15:10							
15:15		E1 SPINN					
15:30	E1 SPINN			E3 PILATES			
16:00	E3 PILATES	E2 BODYPUMP	E2 GAP				
16:05							
16:10							
16:15		E3 BODYBALANCE					
16:30			E3 ESTIRAMIENTOS	E3 T. DE ESPALDA	E2 SH'BAM		
16:45	E2 SH'BAM			E2 BODYPUMP			
17:00			E2 BODYCOMBAT		E1 SPINN		
17:05							
17:10							
17:15	E3 GAP	E2 YOGA					
17:30		EF DREAMCROSS		E3 GAP	E3 PILATES	E2 GAP	
		E3 PILATES		E1 SPINN			
		FV ABD 20					
17:45	E1 SPINN		EF E. FUNCIONAL		E2 BODYPUMP		
18:00	E2 BODYCOMBAT		E1 SPINN	E2 ZUMBA			
18:05							
18:10							
18:15	E3 GRIT SERIES	E2 ZUMBA	B BOXEO				
	B BOXEO		E2 ZUMBA				
18:30		EF E. FUNCIONAL		E3 YOGA	E1 SPINN		
		E3 GAP					
		E1 SPINN					
18:45			E3 PILATES	FV ABD 20		E1 SPINN	
19:00	E1 SPINN		E1 SPINN	E2 BODYBALANCE	B BOXEO		
	E3 T. DE ESPALDA				E2 BODYCOMBAT		
	FV ABD 20						
19:05							
19:10							
19:15	B BOXEO	E2 BODYPUMP	E2 RITMOS LATINOS				
	E2 ZUMBA		B BOXEO				
19:30		E3 GRIT SERIES		EF E. FUNCIONAL	E1 SPINN		
		E1 SPINN		E3 PILATES			
				E1 SPINN			
19:45	EF DREAMCROSS		FV ABD 20				
			E3 BODYBALANCE				
20:00	E1 SPINN	B BOXEO	E1 SPINN	B BOXEO			
	E3 BODYBALANCE						
	FV CLUB CORREDORES						
20:05							
20:10							
20:15	E2 BODYPUMP	E3 RITMOS LATINOS	E2 R. LATINOS AV.	E2 SH'BAM	FV ABD 20		
20:30		E1 SPINN		FV CLUB CORREDORES	E2 ZUMBA		
		E2 BODYCOMBAT		E3 GRIT SERIES	EF DREAMCROSS		
				E1 SPINN			
20:45		FV ABD 20					
21:00	E1 SPINN	B BOXEO	E3 YOGA	B BOXEO			
				E2 BODYCOMBAT			
21:05							
21:10							
21:15	E3 PILATES	E3 SH'BAM	E2 BODYPUMP	E3 GAP			
			EF DREAMCROSS				
21:30	E2 R. LATINOS AV.	E1 SPINN		E1 SPINN			
22:05							
22:10							

LEYENDA

- | | | | | | | |
|---|--|--|---|--|--|---|
|  ADRENALINA |  BAILE |  CARDIO |  CUERPO Y MENTE |  TONIFICACIÓN | | |
|  B BOXEO |  EF ENT. FUNCIONAL |  E1 ESTUDIO 1 |  E2 ESTUDIO 2 |  E3 ESTUDIO 3 |  E4 ESTUDIO 4 |  FV FITNESS VALL |
|  SSV SALA SPINN VIRTUAL |  SWV SALA WALKING VIRTUAL | | | | | |