

| | LUNES | MARTES | MIÉRCOLES | JUEVES | VIERNES |
|-------|---------------|---------------|---------------|---------------|---------------|
| 07:15 | CICLO | CICLO | CICLO | CICLO | CICLO |
| 08:15 | CICLO | CICLO | CICLO | CICLO | CICLO |
| 09:30 | BODY FIT | CICLO | STEP | SHOT A BAILAR | PILATES |
| | CICLO | | CICLO | CICLO | CICLO |
| 10:30 | PILATES | SHOT A BAILAR | TBC | CICLO | BODY FIT |
| | CICLO | CICLO | CICLO | | |
| 14:00 | CROSS CIRCUIT | | GAP | | |
| 14:15 | CICLO | BODY FIT | SHOT A BAILAR | TBC | CICLO |
| | | CICLO | CICLO | CICLO | |
| 15:30 | CICLO | CICLO | CICLO | CICLO | CICLO |
| 17:30 | | SHOT CIRCUIT | SHOT CIRCUIT | | |
| 18:15 | STEP | TBC | PILATES | BODY FIT | SHOT A BAILAR |
| | CICLO | CICLO | CICLO | CICLO | CICLO |
| 18:30 | SHOT CIRCUIT | SHOT CIRCUIT | SHOT CIRCUIT | | |
| 19:15 | PILATES | AEROBOX | BODY FIT | SHOT A BAILAR | PILATES |
| | CICLO | CICLO | CICLO | CICLO | CICLO |
| 20:00 | CROSS CIRCUIT | ABD | GAP | | |
| 20:15 | SHOT A BAILAR | BODY FIT | STEP | AEROBOX | |
| | CICLO | CICLO | CICLO | CICLO | |
| 21:15 | CICLO | CICLO | CICLO | CICLO | |

| | SÁBADO | DOMINGO |
|-------|--------|---------|
| 12:00 | CICLO | CICLO |
| 19:00 | CICLO | |

SHOT

URBAN GYM

Horario de actividades **FITUP SHOT DELICIAS**
Vigente a partir del 12 de **MARZO** de 2018

NIVEL DE INTENSIDAD DE LAS ACTIVIDADES

BAJA

PILATES
SHOT A BAILAR

MEDIA

CICLO VIRTUAL
STEP
GAP
ABD

ALTA

TBC
CICLO
AEROBOX
BODYFIT
CROSS CIRCUIT
SHOT CIRCUIT

CLASES VIRTUALES

El centro se reserva el derecho de realizar cualquier modificación en el horario. Es obligatorio acceder a las clases tanto con ropa deportiva, como con toalla. No se permite el acceso a ninguna clase pasados 10 minutos desde su comienzo por seguridad. Está totalmente prohibido el uso de teléfonos móviles dentro de las clases. Las clases con instructor serán grabadas para las multimedia. Las personas que no deseen ser grabadas tendrán que situarse donde no sean captados por la cámara.