

| | LUNES | MARTES | MIÉRCOLES | JUEVES | VIERNES |
|-------|------------------|------------------|------------------|------------------|------------------|
| 7:15 | CICLO 🏠 | CICLO 🏠 | CICLO 🏠 | CICLO 🏠 | CICLO 🏠 |
| | INDOOR WALKING 🏠 | INDOOR WALKING 🏠 | INDOOR WALKING 🏠 | INDOOR WALKING 🏠 | INDOOR WALKING 🏠 |
| 9:30 | CICLO | CICLO 🏠 | TBC | CICLO 🏠 | CICLO 🏠 |
| 10:30 | PILATES | FITUP A BAILAR | AEROBOX | FIT BALANCE | TBC |
| | CICLO 🏠 | CICLO 🏠 | CICLO 🏠 | CICLO 🏠 | CICLO 🏠 |
| 11:30 | CICLO | TBC | BODY FIT | FITUP A BAILAR | CICLO 🏠 |
| | | CICLO 🏠 | CICLO 🏠 | CICLO 🏠 | |
| 14:10 | FITUP A BAILAR | CICLO | STEP | TBC | PILATES |
| | ABD | | CICLO 🏠 | INDOOR WALKING 🏠 | CICLO 🏠 |
| | CICLO 🏠 | INDOOR WALKING 🏠 | | | |
| 14:30 | CROSS CIRCUIT | GAP | CROSS CIRCUIT | ABD | |
| 15:00 | BODYFIT | CICLO 🏠 | AEROBOX | CICLO 🏠 | CICLO 🏠 |
| | CICLO 🏠 | | CICLO 🏠 | | |
| 18:30 | TBC | PILATES | STEP | BODYFIT | FITUP A BAILAR |
| | CICLO | CICLO 🏠 | CICLO | | |
| | INDOOR WALKING 🏠 | | INDOOR WALKING 🏠 | CICLO 🏠 | CICLO 🏠 |
| | FITUP CIRCUIT | FITUP CIRCUIT | | | |
| 19:00 | FITUP CIRCUIT | FITUP CIRCUIT | | | |
| 19:30 | AERODANCE | BODYFIT | AEROBOX | FIT BALANCE | PILATES |
| | CICLO | CICLO | CICLO | CICLO | CICLO |
| | CROSS CIRCUIT | GAP | ABD | | |
| | INDOOR WALKING 🏠 | INDOOR WALKING 🏠 | INDOOR WALKING 🏠 | INDOOR WALKING 🏠 | INDOOR WALKING 🏠 |
| 20:00 | ABD | CROSS CIRCUIT | GAP | | |
| 20:30 | AEROBOX | TBC | FITUP A BAILAR | BODYFIT | CICLO 🏠 |
| | GAP | BOXEO | CROSS CIRCUIT | BOXEO | |
| | CICLO | CICLO | CICLO | CICLO | |
| | INDOOR WALKING 🏠 | INDOOR WALKING 🏠 | INDOOR WALKING 🏠 | INDOOR WALKING 🏠 | INDOOR WALKING 🏠 |
| 21:30 | FITBALANCE | CICLO | CICLO 🏠 | PILATES | CICLO 🏠 |
| | CICLO 🏠 | | | CICLO 🏠 | |
| | INDOOR WALKING 🏠 | INDOOR WALKING 🏠 | INDOOR WALKING 🏠 | INDOOR WALKING 🏠 | INDOOR WALKING |

| | SÁBADO | DOMINGO |
|-------|------------------|------------------|
| 12:00 | CICLO 🏠 | CICLO 🏠 |
| 13:00 | INDOOR WALKING 🏠 | INDOOR WALKING 🏠 |
| 18:00 | CICLO 🏠 | |
| 19:00 | INDOOR WALKING 🏠 | |



Horario de actividades FITUP SAN MIGUEL
Vigente a partir del 23 de JULIO de 2018

NIVEL DE INTENSIDAD DE LAS ACTIVIDADES

🔥 BAJA

- PILATES
- FIT BALANCE
- FITUP A BAILAR
- AERODANCE

🔥🔥 MEDIA

- INDOOR WALKING
- CICLO VIRTUAL
- STEP
- GAP
- ABD

🔥🔥🔥 ALTA

- TBC
- CICLO
- AEROBOX
- BODYFIT
- CROSS CIRCUIT
- BOXEO
- FITUP 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.