24 agosto - 30 agosto 2026

	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
08:00	08:00 - 08:45 Pilates 45 min	08:00 - 08:45 Yoga	08:00 - 08:45 Pilates 45 min	08:00 - 08:45 Yoga	08:00 - 08:45 Cardio TODAS	08:00 - 08:45 Pilates 45 min	08:00 - 08:45 Yoga
09:00	09:00 - 09:45 PUMP	09:00 - 09:45 Cardio TODAS	09:00 - 09:45 Dance	09:00 - 09:45 PUMP	09:00 - 09:45 Box	09:00 - 09:45 Muscular 45 TODAS	09:00 - 09:45 Tonificacion 45 min
10:00						10:00 - 10:45 Cardio TODAS	10:00 - 10:45 Muscular 45 TODAS
11:00	11:00 - 11:25 Tonificacion 25 min 11:30 - 11:55 CORE 25		11:00 - 11:30 Hiit 30 min 11:30 - 11:55 CORE 25			11:00 - 11:45 Dance	11:00 - 11:25 CORE 25 11:30 - 12:00 Hiit 30 min
12:00	12:00 - 12:25 Muscular 25 TODAS 12:30 - 12:55 Estiramientos 25 min		12:00 - 12:45 Cardio TODAS		12:00 - 12:25 GAP 25 min 12:30 - 12:55 CORE 25	12:00 - 12:45 Box	12:00 - 12:45 Dance
13:00	13:00 - 13:30 Hiit 30 min 13:30 - 13:55 GAP 25 min	13:00 - 13:45 PUMP	13:00 - 13:45 Muscular 45 TODAS	13:00 - 13:25 GAP 25 min 13:30 - 13:55 Tonificacion 25 min	13:00 - 13:45 Muscular 45 TODAS	13:00 - 13:45 Tonificacion 45 min	13:00 - 13:45 Estiramientos 45 min
14:00	14:00 - 14:45 Box	14:00 - 14:25 GAP 25 min 14:30 - 14:55 Tonificacion 25 min	14:00 - 14:45 PUMP	14:00 - 14:45 Cardio TODAS	14:00 - 14:45 Dance	14:00 - 14:45 Cardio TODAS	14:00 - 14:45 Muscular 45 TODAS
15:00	15:00 - 15:45 Dance	15:00 - 15:45 Box	15:00 - 15:25 GAP 25 min 15:30 - 15:55 Tonificacion 25 min	15:00 - 15:45 Muscular 45 TODAS	15:00 - 15:30 Hiit 30 min 15:30 - 15:55 Tonificacion 25 min	15:00 - 15:45 Muscular 45 TODAS	15:00 - 15:45 Cardio TODAS
16:00	16:00 - 16:25 Tonificacion 25 min	16:00 - 16:25 Tonificacion 25 min	16:00 - 16:25 Tonificacion 25 min	16:00 - 16:25 CORE 25 16:30 - 17:00 Hiit 30 min	16:00 - 16:25 Muscular 25 TODAS	16:00 - 16:25 GAP 25 min 16:30 - 17:00 Hiit 30 min	16:00 - 16:45 Pilates 45 min
17:00				17:00 - 17:45 Dance		17:00 - 17:45 Tonificacion 45 min	17:00 - 17:25 GAP 25 min 17:30 - 18:00 Hiit 30 min
18:00			18:00 - 18:45 Cardio TODAS			18:00 - 18:25 Pilates 25 min 18:30 - 18:55 CORE 25	18:00 - 18:45 Cardio TODAS
19:00	19:00 - 19:45 Cardio TODAS				19:00 - 19:45 PUMP	19:00 - 19:25 Muscular 25 TODAS 19:30 - 20:00 Hiit 30 min	19:00 - 19:45 Yoga
20:00	20:00 - 20:25 CORE 25 20:30 - 20:55 Muscular 25 TODAS	20:00 - 20:30 Hiit 30 min 20:30 - 20:55 GAP 25 min	20:00 - 20:45 Box	20:30 - 20:55 Tonificacion 25 min	20:00 - 20:45 Tonificacion 45 min	20:00 - 20:45 Cardio TODAS	20:00 - 20:45 Tonificacion 45 min
21:00	21:00 - 21:25 Estiramientos 25 min	21:00 - 21:25 Estiramientos 25 min	21:00 - 21:45 Estiramientos 45 min	21:00 - 21:25 Estiramientos 25 min	21:00 - 21:45 Estiramientos 45 min	21:00 - 21:25 Estiramientos 25 min	21:00 - 21:25 GAP 25 min