

HORARIO DE ACTIVIDADES DIRIGIDAS

DEL 9 AL 22 DE DICIEMBRE
EN ACTIVA CLUB GERMANÍAS

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
07:00	07:00 - 07:30 QUICK CIRCUIT SALA FUNCIONAL	07:00 - 07:30 QUICK CIRCUIT SALA 3	07:00 - 07:30 QUICK CIRCUIT SALA FUNCIONAL	07:00 - 07:30 QUICK CIRCUIT SALA 3			
	07:00 - 08:00 ACTIVA CROSS BOX						
08:00	08:55 - 09:25 QUICK CIRCUIT SALA 3	08:55 - 09:25 TABATA SALA 3	08:55 - 09:25 QUICK CORE SALA 3				
	09:30 - 10:30 BODYPUMP SALA 3	09:30 - 10:30 BODYCOMBAT SALA 3	09:30 - 10:25 BODYPUMP SALA 3	09:30 - 10:15 FIT SHAPERS SALA 3	09:00 - 10:00 BODYPUMP SALA 3	09:00 - 10:00 HYROX BOX	
09:00	09:30 - 10:20 ACTIVA CYCLING SALA CICLO		09:30 - 10:20 ACTIVA CYCLING SALA CICLO	09:30 - 10:30 HYROX BOX			
	09:30 - 10:30 HYROX BOX						
10:00	10:30 - 11:30 BODY BALANCE SALA 3	10:30 - 11:20 GAP SALA 3	10:35 - 11:25 ESPALDA SANA SALA 3	10:30 - 11:20 POWER DANCE SALA 3	10:00 - 10:45 FIT SHAPERS SALA 3	10:00 - 11:00 ACTIVA CROSS BOX	
11:00		11:40 - 12:30 POWER DANCE SALA 3		11:35 - 12:35 YOGA SALA 3		11:05 - 12:05 BODYPUMP SALA 3	11:00 - 12:00 BODYPUMP SALA 3

LUNES**MARTES****MIÉRCOLES****JUEVES****VIERNES****SÁBADO****DOMINGO****12:35 - 13:30**YOGA
SALA 3**12:15 - 13:15**YOGA
SALA 3**12:05 - 13:05**WEEKEND
SALA 3

12:00

12:15 - 12:45QUICK CORE
SALA
FUNCIONAL**13:30 - 14:00**QUICK CORE
SALA 3**13:35 - 14:20**MMA
SALA 3**13:35 - 14:05**QUICK CIRCUIT
SALA 3**13:35 - 14:05**QUICK CORE
SALA 3

13:00

13:35 - 14:05QUICK CORE
SALA
FUNCIONAL**14:30 - 15:30**BODYPUMP
SALA 3**14:30 - 15:20**GAP
SALA 3**14:30 - 15:30**BODYPUMP
SALA 3**14:30 - 15:30**BODYCOMBAT
SALA 3**14:30 - 15:30**ACTIVA CROSS
BOX**14:30 - 15:20**ACTIVA
CYCLING
SALA CICLO**14:30 - 15:30**ACTIVA CROSS
BOX**14:30 - 15:30**ACTIVA CROSS
BOX**14:30 - 15:00**QUICK CIRCUIT
SALA
FUNCIONAL**14:30 - 15:20**MMA
SALA 3

14:00

14:30 - 15:30ACTIVA CROSS
BOX**14:30 - 15:00**QUICK CORE
SALA
FUNCIONAL**14:30 - 15:00**QUICK CIRCUIT
SALA
FUNCIONAL**14:30 - 15:30**HYROX
BOX**14:30 - 15:00**QUICK CIRCUIT
SALA
FUNCIONAL

15:00

15:55 - 16:50YOGA
SALA 3

16:00

16:00 - 17:00BODY
BALANCE
SALA 3

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
17:00	17:00 - 18:00 HYROX BOX	17:45 - 18:30 STRETCHING & MOBILITY SALA 3	17:45 - 18:30 PILATES SALA 3	17:00 - 18:00 YOGA SALA 3	17:30 - 18:30 BODYPUMP SALA 3		
	18:00 - 18:50 BODYPUMP SALA 3	18:00 - 19:00 HYROX BOX	18:00 - 19:00 ACTIVA CROSS BOX	18:00 - 19:00 ACTIVA CROSS BOX	18:00 - 19:00 ACTIVA CROSS BOX		
18:00	18:00 - 19:00 ACTIVA CROSS BOX	18:15 - 19:05 ACTIVA CYCLING SALA CICLO	18:15 - 19:05 ACTIVA CYCLING SALA CICLO	18:05 - 19:05 BODYPUMP SALA 3	18:30 - 19:20 ESPALDA SANA SALA 3		
	18:15 - 19:05 ACTIVA CYCLING SALA CICLO	18:35 - 19:25 GAP SALA 3	18:30 - 19:15 FIT SHAPERS SALA 3	18:15 - 19:05 ACTIVA CYCLING SALA CICLO			
	19:00 - 19:45 BODYATTACK SALA 3	19:00 - 19:55 ACTIVA CROSS BOX	19:00 - 19:55 ACTIVA CROSS BOX	19:00 - 20:00 HYROX BOX	19:00 - 20:00 HYROX BOX		
	19:00 - 20:00 ACTIVA CROSS BOX	19:00 - 19:30 QUICK CORE SALA FUNCIONAL	19:15 - 20:05 ACTIVA CYCLING SALA CICLO	19:05 - 20:05 BODYCOMBAT SALA 3			
19:00	19:15 - 20:05 ACTIVA CYCLING SALA CICLO	19:15 - 20:05 ACTIVA CYCLING SALA CICLO	19:20 - 20:15 BODYPUMP SALA 3	19:15 - 20:05 ACTIVA CYCLING SALA CICLO			
	19:45 - 20:15 HBX BOXING SALA 3	19:35 - 20:30 BODYPUMP SALA 3					
	20:00 - 20:30 QUICK CORE SALA FUNCIONAL	20:00 - 21:00 ACTIVA CROSS BOX	20:00 - 20:30 QUICK CIRCUIT SALA FUNCIONAL	20:00 - 21:00 ACTIVA CROSS BOX			

20:00

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
20:30 - 21:25	PILATES SALA 3	20:25 - 20:55 QUICK CORE SALA FUNCIONAL	20:00 - 21:00 HYROX BOX	20:00 - 20:30 QUICK CIRCUIT SALA FUNCIONAL			
		20:30 - 21:15 FIT SHAPERS SALA 3		20:05 - 20:50 HBX BOXING SALA 3			