

HORARIO DE ACTIVIDADES DIRIGIDAS

DESDE EL 7 DE JULIO
EN ACTIVACLUB ALMERÍA

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO	
07:00	ACTIVA CROSS 55' BOX	ACTIVA CROSS 55' BOX	ACTIVA CROSS 55' BOX	ACTIVA CROSS 55' BOX	ACTIVA CROSS 55' BOX			07:00
08:00	GAP 50' SALA CUATRO	BODYPUMP 55' SALA CUATRO	CYCLING/ W... 45' SALA DOS	HBX BOXING 45' SALA CUATRO	BODYPUMP 55' SALA CUATRO			08:00
09:00	ACTIVA CROSS 55' BOX	ACTIVA CROSS 55' BOX	ACTIVA CROSS 55' BOX	ACTIVA CROSS 55' BOX	ACTIVA CROSS 55' BOX	ACTIVA CROSS 55' BOX		09:00
09:30	HBX BOXING 45' SALA CUATRO	GLUTEBOOM 50' SALA CUATRO BODYBALAN... 55' SALA UNO	BODYPUMP 55' SALA CUATRO	CYCLING/ W... 45' SALA DOS BODYBALAN... 55' SALA UNO	GAP 50' SALA CUATRO			09:30
10:00	HYROX 55' BOX		HYROX 55' BOX			HYROX 55' BOX BODYPUMP 55' SALA CUATRO		10:00
10:30	PILATES 50' SALA UNO	BODYCOMBAT 55' SALA CUATRO	ZUMBA 50' SALA CUATRO	BODYPUMP 55' SALA CUATRO	PILATES 50' SALA UNO			10:30
11:15						PILATES 50' SALA UNO		11:15
14:15	BODYPUMP 55' SALA CUATRO ACTIVA CROSS 55' BOX	HBX BOXING 45' SALA CUATRO ACTIVA CROSS 55' BOX	ACTIVA CROSS 55' BOX CYCLING/ W... 45' SALA DOS	BODYATTACK 55' SALA CUATRO ACTIVA CROSS 55' BOX	ACTIVA CROSS 55' BOX			14:15
17:00	BODYPUMP 55' SALA CUATRO			ZUMBA 50' SALA CUATRO				17:00
17:30	PILATES 50' SALA UNO	PILATES 50' SALA UNO	HIPOPRESIV... 30' SALA UNO		GAP 50' SALA CUATRO PILATES 50' SALA UNO			17:30
18:00	HBX BOXING 45' SALA CUATRO ACTIVA CROSS 55' BOX	HIIT 45' BOX	PILATES 50' SALA UNO BODYATTACK 55' SALA CUATRO	BODYPUMP 55' SALA CUATRO CYCLING/ W... 45' SALA DOS	HYROX 55' BOX			18:00
18:30	HIPOPRESIV... 30' SALA UNO CYCLING/ W... 45' SALA DOS	BODYPUMP 55' SALA CUATRO CYCLING/ W... 45' SALA DOS	ACTIVA CROSS 55' BOX	BODYBALAN... 55' SALA UNO HYROX 55' BOX	HBX BOXING 45' SALA CUATRO			18:30
19:00	HYROX 55' BOX GLUTEBOOM 50' SALA CUATRO		CYCLING/ W... 45' SALA DOS	CYCLING/ W... 45' SALA DOS	ACTIVA CROSS 55' BOX			19:00
19:10			ZUMBA 50' SALA CUATRO					19:10
19:30	CYCLING/ W... 45' SALA DOS	BODYBALAN... 55' SALA UNO GAP 50' SALA CUATRO CYCLING/ W... 45' SALA DOS ACTIVA CROSS 55' BOX	HIIT 45' BOX	PILATES 50' SALA UNO BODYCOMBAT 55' SALA CUATRO ACTIVA CROSS 55' BOX	CYCLING/ W... 45' SALA DOS ZUMBA 50' SALA CUATRO			19:30
20:00	YOGA 60' SALA UNO ACTIVA CROSS 55' BOX ZUMBA 50' SALA CUATRO		YOGA 60' SALA UNO					20:00
20:15			BODYPUMP 55' SALA CUATRO					20:15
20:30	CYCLING/ W... 45' SALA DOS	ZUMBA 50' SALA CUATRO HYROX 55' BOX	ACTIVA CROSS 55' BOX	GLUTEBOOM 50' SALA CUATRO ACTIVA CROSS 55' BOX	BODYPUMP 55' SALA CUATRO			20:30
21:00	BODYPUMP 55' SALA CUATRO							21:00