

# HORARIO AREAFIT MONTEQUINTO

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
8.00	<b>Ciclo Indoor</b> Sala Ciclo	<b>Ciclo Indoor</b> Sala Ciclo	<b>Ciclo Indoor</b> Sala Ciclo	<b>Ciclo Indoor</b> Sala Ciclo	<b>Tai-Chi</b> Sala 2
8.15	<b>Mantenimiento</b> Sala 2	<b>Yoga</b> Sala 2	<b>Pilates</b> Sala 2	<b>Yoga</b> Sala 2	
9.15	<b>Pilates</b> Sala 2	<b>GAP</b> Sala 2	<b>Yoga</b> Sala 2	<b>Aerotonic</b> Sala 2	
9.30	<b>Ciclo Indoor</b> Sala Ciclo	<b>Ciclo Indoor</b> Sala Ciclo	<b>Ciclo Indoor</b> Sala Ciclo	<b>Ciclo Indoor</b> Sala Ciclo	<b>Ciclo Indoor</b> Sala Ciclo
	<b>Zumba®</b> Sala 1	<b>Body Pump®</b> Sala 1	<b>Zumba®</b> Sala 1	<b>Body Pump®</b> Sala 1	<b>Zumba®</b> Sala 1
	<b>Func. Workout</b> Zona Funcional	<b>Func. Workout</b> Zona Funcional	<b>Func. Workout</b> Zona Funcional	<b>Boxing Area</b> Sala Sacos <b>Func. Workout</b> Zona Funcional	<b>Pilates</b> Sala 2 <b>Func. Workout</b> Zona Funcional
10.15	<b>Mantenimiento</b> Sala 2	<b>P. Espalda Sana</b> Sala 2	<b>Mantenimiento</b> Sala 2	<b>P. Espalda Sana</b> Sala 2	
10.30	<b>Body Pump®</b> Sala 1	<b>Aerotonic</b> Sala 1	<b>Body Pump®</b> Sala 1	<b>Body Combat®</b> Sala 1	<b>Body Pump®</b> Sala 1
	<b>Boxing Area</b> Sala Sacos		<b>Boxing Area</b> Sala Sacos		<b>Yoga</b> Sala 2
	<b>Abdominales</b> Zona Funcional		<b>Abdominales</b> Zona Funcional		<b>Abdominales</b> Zona Funcional
11.15	<b>P. Espalda Sana</b> Sala 2		<b>P. Espalda Sana</b> Sala 2		
17.00	<b>P. Espalda Sana</b> Sala 2		<b>P. Espalda Sana</b> Sala 2		<b>P. Espalda Sana</b> Sala 2
18.00	<b>Body Pump®</b> Sala 1	<b>Body Pump®</b> Sala 1	<b>Body Pump®</b> Sala 1	<b>Body Pump®</b> Sala 1	<b>Body Pump®</b> Sala 1
	<b>Yoga</b> Sala 2		<b>Yoga</b> Sala 2		<b>Pilates</b> Sala 2
18.15	<b>Ciclo Indoor</b> Sala Ciclo	<b>Ciclo Indoor</b> Sala Ciclo	<b>Ciclo Indoor</b> Sala Ciclo	<b>Ciclo Indoor</b> Sala Ciclo	
18.30		<b>Yoga</b> Sala 2			
19.00	<b>Zumba®</b> Sala 1	<b>GAP</b> Sala 1  <b>Func. Workout</b> Zona Funcional	<b>Zumba®</b> Sala 1	<b>GAP</b> Sala 1  <b>Func. Workout</b> Zona Funcional	<b>Yoga</b>
	<b>Pilates</b> Sala 2		<b>Pilates</b> Sala 2		
	<b>Func. Workout</b> Zona Funcional		<b>Func. Workout</b> Zona Funcional		
19.15	<b>Ciclo Indoor</b> Sala Ciclo	<b>Ciclo Indoor</b> Sala Ciclo	<b>Ciclo Indoor</b> Sala Ciclo	<b>Ciclo Indoor</b> Sala Ciclo	<b>Ciclo Indoor</b> Sala Ciclo
19.30		<b>Zumba®</b> Sala 2		<b>Zumba®</b> Sala 2	
20.00	<b>Boxing Area</b> Sala Sacos	<b>Body Combat®</b> Sala 1  <b>Func. Workout</b> Zona Funcional	<b>Boxing Area</b> Sala Sacos	<b>Body Combat®</b> Sala 1  <b>Func. Workout</b> Zona Funcional	<b>Func. Workout</b> Zona Funcional
	<b>Body Pump®</b> Sala 1		<b>Body Pump®</b> Sala 1		
	<b>Yoga</b> Sala 2		<b>Yoga</b> Sala 2		
	<b>Func. Workout</b> Zona Funcional		<b>Func. Workout</b> Zona Funcional		
20.15	<b>Ciclo Indoor</b> Sala Ciclo	<b>Ciclo Indoor</b> Sala Ciclo	<b>Ciclo Indoor</b> Sala Ciclo	<b>Ciclo Indoor</b> Sala Ciclo	<b>Ciclo Indoor</b> Sala Ciclo
20.30				<b>Pilates</b> Sala 2	
21.00	<b>Body Combat®</b> Sala 1	<b>Boxing Area</b> Sala Sacos	<b>Body Combat®</b> Sala 1	<b>Boxing Area</b> Sala Sacos	
	<b>Func. Workout</b> Zona Funcional	<b>Func. Workout</b> Zona Funcional	<b>Func. Workout</b> Zona Funcional	<b>Func. Workout</b> Zona Funcional	

LUDOTECA de lunes a viernes de 17.00h a 21.00h