

# HORARIO DE CLASES COLECTIVAS

## SMARTFIT GIRONA



	LUNES			MARTES			MIÉRCOLES			JUEVES			VIERNES				SÁBADO			DOMINGO		
	Estudio	Sala Ciclo	S. Fitness	Estudio	Sala Ciclo	S. Fitness	Estudio	Sala Ciclo	S. Fitness	Estudio	Sala Ciclo	S. Fitness	Estudio	Sala Ciclo	S. Fitness		Estudio	Sala Ciclo	S. Fitness	Estudio	Sala Ciclo	S. Fitness
07:00																						
07:15																						
07:30																						
07:45																						
08:00																						
08:15																						
08:30																						
08:45																						
09:00																						
09:15																						
09:30		CICLO 9:30		BODY PUMP 9:30					POWER GLÚTEO 09:30				CICLO 09:30		TBC 09:30							
09:45																						
10:00																						
10:15																						
10:30		PILATES 10:30		ABD 10:30					PILATES 10:30				ABD 10:30		UPPER BODY 10:30							
10:45																						
11:00													YOGA 11:00		STRETCHING 11:00							
11:15																						
11:30																						
11:45																						
12:00																						
12:15																						
12:30																						
12:45																						
13:00																						
15:00																						
15:15																						
15:30	PILATES 15:30			GAP 15:30											TBC 15:30							
15:45																						
16:00																						
16:15																						
16:30																						
16:45																						
17:00																						
17:15																						
17:30	TBC 17:30			HIIT 17:30					GAP 17:30				POWER GLÚTEO 17:30		ABD 17:45							
17:45																						
18:00																						
18:15																						
18:30	BODY PUMP 18:30			BODY COMBAT 18:30									BODY COMBAT 18:30									
18:45																						
19:00																						
19:15																						
19:30		CICLO 19:30		GAP 19:30																		
19:45																						
20:00																						
20:15																						
20:30	ZUMBA 20:30			TBC 20:30																		
20:45																						
21:00																						
21:15																						
21:30																						
21:45																						
22:00																						
22:15																						

**ACTIVIDADES COLECTIVAS**  
 Duración: Clases de 45' o 30'  
 Calentamiento previo al inicio de la actividad.  
 Consulta a tu técnico.  
 Reserva de actividades: desde 1 hora antes en la instalación.

**HORARIO DE APERTURA**  
 Lunes a viernes: 07:30 - 22:30  
 Sábados: 09:00 - 18:00  
 Domingos y festivos: 09:00 - 14:00

