

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
07:30																					
07:45		VIRTUAL CYCLING 7:30		VIRTUAL BALANCE 7:30						VIRTUAL CYCLING 7:30			VIRTUAL CYCLING 7:30			VIRTUAL TRAINING 7:30					
08:00																					
08:15																					
08:30																					
08:45	VIRTUAL TRAINING 8:30				VIRTUAL CYCLING 8:30			VIRTUAL BALANCE 8:30					VIRTUAL TRAINING 8:30				VIRTUAL CYCLING 8:30				
09:00																					
09:15																					
09:30	TBC 09:30			BODY PUMP 9:30				POWER GLÚTEO 9:30					CICLO 9:30			TBC 9:30					
09:45																					
10:00																					
10:15																					
10:30	GAP 10:30			CICLO 10:30				HIIT 10:30					UPPER BODY 10:30								
10:45													ABD 11:00								
11:00																					
11:15																					
11:30		VIRTUAL CYCLING 11:30			VIRTUAL CYCLING 11:30																
11:45																					
12:00																					
12:15																					
12:30																					
12:45																					
13:00																					
14:00		VIRTUAL CYCLING 14:00		VIRTUAL TRAINING 14:00																	
14:15																					
14:30																					
14:45																					
15:00																					
15:15																					
15:30	HIIT 15:30			GAP 15:30				TBC 15:30													
15:45																					
16:00																					
16:15																					
16:30		VIRTUAL CYCLING 16:30			VIRTUAL CYCLING 16:30																
16:45																					
17:00																					
17:15																					
17:30	TBC 17:30			HIIT 17:30				UPPER BODY 17:30					POWER GLÚTEO 17:30								
17:45																					
18:00																					
18:15																					
18:30	BODY PUMP 18:30			POWER GLÚTEO 18:30				CICLO 18:30					UPPER BODY 18:30								
18:45																					
19:00																					
19:15																					
19:30		CICLO 19:30		PILATES 19:30				GAP 19:30					CICLO 19:30								
19:45																					
20:00																					
20:15																					
20:30	ZUMBA 20:30			TBC 20:30				ZUMBA 20:30					HIIT 20:30								
20:45																					
21:00																					
21:15																					
21:30		VIRTUAL CYCLING 21:30		VIRTUAL BALANCE 21:30																	
21:45																					
22:00																					
22:15																					

Duración: Clases de 45' o 30'
Calentamiento previo al inicio de la actividad. Consulta a tu técnico.
Reserva actividades: Desde 2 horas antes por la Aplicación o 1 hora antes en la instalación.

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

