

HORARIO DE CLASES COLECTIVAS

SMARTFIT Coslada

Del 01 de Marzo al 31 de Mayo



	LUNES			MARTES			MIÉRCOLES			JUEVES			VIERNES			SABADO			DOMINGO		
	Estudio	Sala Ciclo	S. Fitness	Estudio	Sala Ciclo	S. Fitness	Estudio	Sala Ciclo	Exterior	Estudio	Sala Ciclo	S. Fitness	Estudio	Sala Ciclo	S. Fitness	Estudio	Sala Ciclo	S. Fitness	Estudio	Sala Ciclo	S. Fitness
07:30																					
07:45																					
08:00																					
08:15																					
08:30																					
08:45																					
09:00																					
09:15																					
09:30	PILATES	CICLO		BODY BALANCE	CICLO		BODY PUMP			ZUMBA			ZUMBA								
09:45																					
10:00	09:30	09:30		09:30	09:30		09:30			09:30			09:30								
10:15																					
10:30	HITI			BODY COMBAT		ABD.	PILATES	CICLO		BODY PUMP			BODY BALANCE					CICLO			
10:45						10:30															
11:00												ABD.									
11:15	ZUMBA																			BODY PUMP	
11:30				GAP																	
11:45	11:15																				
12:00				BODY PUMP																	
12:15																					
12:30																					
12:45																					
13:00				ZUMBA																	
13:15																					
13:30																					
13:45																					
14:00																					
14:15																					
14:30		CICLO		BODY PUMP						CICLO			BODY PUMP								
14:45		14:30																			
15:00																					
15:15																					
15:30																					
17:00	BODY PUMP			PILATES						ZUMBA			BODY BALANCE								
17:15																					
17:30																					
17:45	BODY BALANCE			ZUMBA																	
18:00		CICLO																			
18:15	17:45																				
18:30	ZUMBA																				
18:45				GAP																	
19:00	18:30	CICLO																			
19:15				ABD																	
19:30	BODY COMBAT																				
19:45				BODY COMBAT																	
20:00		CICLO																			
20:15																					
20:30	BODY PUMP																				
20:45	20:30			ZUMBA																	
21:00																					
21:15				FUNC.																	
21:30				21:00																	
21:45																					
22:00	YOGA																				
22:15	21:30																				
22:30																					
22:45																					

ACTIVIDADES COLECTIVAS
 Duración: Clases de 45' o 30', excepto Yoga.
 Calentamiento previo al inicio de la actividad.
 Consulta a tu técnico.
 Reserva de actividades: 2 horas antes en web y 1 hora antes en la instalación.

HORARIO DE APERTURA
 Lunes a viernes: 07:30 - 23:00
 Sábados: 10:00 - 20:00
 Domingos y festivos: 10:00 - 15:00

YOUR WELLNESS TEAM

