

# HORARIO DE CLASES COLECTIVAS

SMARTFIT Coslada

Del 1 de Febrero al 31 de Marzo



	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		BODY COMBAT	CICLO		ZUMBA									
09:45	09:30	09:30		09:30	09:30		09:30		9:30	09:30		09:30									
10:00																					
10:15																					
10:30	HIIT			BODY COMBAT		ABD.	PILATES	CICLO	BODY PUMP		ABD.	BODY BALANCE				CICLO					
10:45	10:30			10:30		10:30	10:30	10:30	10:30		10:30	10:30				10:30					
11:00																					
11:15	ZUMBA			GAP			ZUMBA		ZUMBA											BODY PUMP	
11:30	11:15			11:30			11:30		11:30							CICLO				11:00	
11:45																					
12:00				BODY PUMP																	CICLO
12:15				12:00																	12:00
12:30							YOGA														
12:45				ZUMBA			12:30														
13:00				13:00																	PILATES
13:15																					13:00
13:30																					
13:45																					
14:00																					
14:15																					
14:30		CICLO		BODY PUMP				CICLO	BODY PUMP												
14:45		14:30		14:30				14:30	14:30												
15:00																					
15:15																					
15:30																					
17:00	BODY PUMP			PILATES					BODY BALANCE												
17:15	17:00			17:00					17:00												
17:30				ZUMBA					GAP			PILATES	CICLO								
17:45	BODY BALANCE			17:45					18:00			18:00	18:00								
18:00	17:45	CICLO																			
18:15		18:00																			
18:30	ZUMBA								HIIT												
18:45	18:30			GAP					18:30												
19:00		CICLO		18:45					BODY PUMP	CICLO											
19:15				ABD					18:45	CICLO											
19:30	BODY COMBAT			19:15					19:00												
19:45				BODY COMBAT					ZUMBA												
20:00		CICLO		19:45					19:45												
20:15		20:00																			
20:30	BODY PUMP			ZUMBA					BODY BALANCE	CICLO											
20:45	20:30								20:30												
21:00																					
21:15				FUNC.																	
21:30				21:00																	
21:45																					
22:00	YOGA 21:30																				
22:15				YOGA																	
22:30				21:30																	
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