

HORARIO DE CLASES COLECTIVAS

SMARTFIT Coslada
SEPTIEMBRE 2020



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