

# HORARIO DE CLASES COLECTIVAS

## SMARTFIT Coslada

### DEL 1 AL 15 DICIEMBRE



	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	CICLO		BODY		BODY	CICLO		ZUMBA									
09:30	09:30	09:30		BALANCE	09:30		PUMP		COMBAT	09:30		09:30									
09:45																					
10:00																					
10:15																					
10:30	HIIT			BODY			PILATES	CICLO	BODY			BODY						CICLO			
10:30	10:30			COMBAT	10:30		10:45	10:30	10:30			BALANCE	10:30					10:30			
10:45																					
11:00																					
11:15	ZUMBA			BODY			ZUMBA		ZUMBA											BODY	
11:15	11:15			PUMP	11:30		11:45		11:45											11:00	
11:45																					
11:45																					
12:00																					
12:15	YOGA																				CICLO
12:15	12:15																				12:00
12:30																					
12:30	12:15			ZUMBA	12:45																
12:45																					
13:00																					
13:15																					PILATES
13:30																					13:00
13:45																					
14:00																					
14:15																					
14:30		CICLO		BODY				CICLO	BODY												
14:30		14:30		PUMP	14:30			14:30	PUMP	14:30											
14:45																					
15:00																					
15:15																					
15:30																					
15:30																					
17:00				PILATES					BODY												
17:15				17:00					BALANCE	17:00											
17:30	BODY						PILATES														
17:30	BALANCE						17:30														
17:45																					
18:00		CICLO		ZUMBA					GAP	CICLO		PILATES	CICLO								
18:00		18:00		18:00					18:00	18:00		18:00	18:00								
18:15																					
18:30	ZUMBA				CICLO		BODY														
18:30	18:30				18:30		PUMP														
18:45									BODY												
19:00				BODY				CICLO	PUMP												
19:00				COMBAT	19:00			19:00	18:45												
19:15																					
19:30	BODY	CICLO					ZUMBA														
19:30	COMBAT	19:30					19:45														
19:45																					
20:00				GAP	CICLO				ZUMBA	CICLO											
20:00				20:00	20:00				20:00	20:00											
20:15																					
20:30	BODY			YOGA			BODY	CICLO													
20:30	PUMP	20:30		20:45			BALANCE	20:30													
20:45									BODY												
21:00									COMBAT	21:00											
21:15																					
21:30																					
21:45																					
22:00																					
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:** Dedes 2 horas antes por la App/web o 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