

HORARIO DE CLASES COLECTIVAS

SMARTFIT Coslada



	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									
09:45	09:30	09:30		BALANCE	09:30		PUMP		COMBAT	09:30		09:30									
10:00																					
10:15																					
10:30	HIIT			BODY				CICLO	BODY			BODY									
10:45	10:30			COMBAT				10:30	10:30			BALANCE									
11:00							PILATES														
11:15	ZUMBA						10:45														
11:30	11:15			BODY																	
11:45				PUMP			ZUMBA														
12:00							11:45														
12:15	YOGA																				
12:30	12:15			ZUMBA																	
12:45				12:45																	
13:00																					
13:15																					
13:30																					
13:45																					
14:00																					
14:15																					
14:30		CICLO		BODY				CICLO	BODY												
14:45		14:30		PUMP				14:30	PUMP												
15:00																					
15:15																					
15:30																					
17:00				PILATES					BODY												
17:15				17:00					BALANCE												
17:30	BODY						PILATES														
17:45	BALANCE						17:30														
18:00	17:30			ZUMBA					GAP	CICLO		PILATES	CICLO								
18:15		CICLO		18:00					18:00	18:00		18:00	18:00								
18:30	ZUMBA				CICLO		BODY														
18:45	18:30				18:30		PUMP														
19:00				BODY				CICLO	BODY												
19:15				COMBAT				18:45	PUMP												
19:30	BODY	CICLO					ZUMBA														
19:45	COMBAT	19:30					19:45														
20:00				GAP	CICLO																
20:15				20:00	20:00																
20:30	BODY						BODY														
20:45	PUMP			YOGA			BALANCE														
21:00	20:30			20:45			20:45														
21:15									BODY												
21:30									COMBAT												
21:45									21:00												
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 - 22:00
 Sábados: 10:00 - 20:00
 Domingos y festivos: 10:00 - 15:00



YOUR WELLNESS TEAM