

HORARIO DE CLASES COLECTIVAS

SMARTFIT ONE - San Fernando

ENERO

	LUNES			MARTES			MIÉRCOLES			JUEVES			VIERNES			SABADO			DOMINGO		
	Estudio	Sala Ciclo	S. Fitness	Estudio	Sala Ciclo	S. Fitness	Estudio	Sala Ciclo	S. Fitness	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	BODY COMBAT	CICLO		BODY PUMP			BODY PUMP	CICLO	BODY COMBAT	CICLO		BODY BALANCE									
09:45	09:30	09:30		09:30			09:30	09:30	09:30	09:30		09:30									
10:00																					
10:15																					
10:30	PILATES			ZUMBA	CICLO		ABD		ZUMBA			BODY COMBAT	CICLO				CICLO			CICLO	
10:45	10:30			10:30	10:30		10:30		10:30			20:00	10:30				10:30			10:30	
11:00		CICLO																			
11:15		10:45					PILATES														
11:30				BODY BALANCE			11:15					BODY PUMP		GAP+ABD							
11:45	GAP			11:30								11:30		11:30			BODY PUMP			BODY PUMP	
12:00	11:45																11:30			11:30	
12:15																					
12:30				PILATES					ZUMBA												
12:45	ZUMBA			12:30					12:30												
13:00	12:30																				
13:15																					
13:30																					
13:45																					
14:00																					
14:15																					
14:30	BODY PUMP			GAP+ABD					CROSS SF												
14:45	14:15			14:15					14:15												
15:00																					
15:15																					
15:30																					
17:00																					
17:15		CICLO		ZUMBA					ZUMBA			BODY PUMP									
17:30		17:00		17:00					17:00			17:00									
17:45																					
18:00	ZUMBA			CROSS SF	BODY PUMP		PILATES	CICLO	ZUMBA			PILATES									
18:15	18:00			18:00	18:00		18:00	18:00	18:00			18:00									
18:30		CICLO					CROSS SF						CICLO								
18:45		18:15					18:15					18:30									
19:00	PILATES								BODY PUMP												
19:15	19:00			ABD					19:00			GAP									
19:30		CICLO		19:15					19:15			19:15									
19:45		19:15																			
20:00	STEP			BODY BALANCE								BODY COMBAT	CICLO		ZUMBA	CICLO					
20:15	20:00			20:00								20:00	20:00		20:00	20:00					
20:30									STEP												
20:45									20:15												
21:00	BODY PUMP	CICLO										BODY PUMP									
21:15	21:00	21:00										21:00									
21:30																					
21:45																					
22:00																					
22:15																					
22:30																					
22:45																					

YOUR WELLNESS TEAM

ACTIVIDADES COLECTIVAS
 Duración: Clases de 45' o 30'.
 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: 09:00 - 15:00
 Domingos y festivos: 09:00 - 15:00

www.smartfit.es
 Gimnasio SmartFit One San Fernando @smartfit_es