

METROPOLITANO

CLUB DEPORTIVO

HORARIO CLASES COLECTIVAS DEL 24 DE DICIEMBRE 2018 AL 7 DE ENERO 2019

El Club Deportivo Metropolitano se reserva el derecho de modificar horarios y actividades

	LUNES		MARTES		MIÉRCOLES		JUEVES		VIERNES	
	SALA CICLO	SALA COLECTIVAS	SALA CICLO	SALA COLECTIVAS	SALA CICLO	SALA COLECTIVAS	SALA CICLO	SALA COLECTIVAS	SALA CICLO	SALA COLECTIVAS
8:15	CICLO VIRTUAL		CERRADO		CICLO VIRTUAL	PILATES	CICLO VIRTUAL		CICLO VIRTUAL	PILATES
9:00						YOGA		A.F.G		
10:00	CICLO VIRTUAL				CICLO VIRTUAL				CICLO VIRTUAL	
12:00							CICLO VIRTUAL			
14:15	CICLO INDOOR					BODY PUMP	CICLO INDOOR	BODY COMBAT		G.A.P
15:30					CICLO VIRTUAL		CICLO VIRTUAL			BODY PUMP
16:00	CERRADO *El lunes 7 de enero el gimnasio permanecerá cerrado por ser festivo									
17:15									CICLO VIRTUAL	
18:00							CICLO VIRTUAL			
18:30										
19:00						G.A.P EXPRESS 30'	CICLO INDOOR			BODY PUMP
19:30					CICLO INDOOR	SH'BAM				
20:00								BODY PUMP	CICLO INDOOR	
20:30						STRETCH EXPRESS 30'				
21:00						CICLO VIRTUAL		CICLO INDOOR		

SÁBADO	
SALA CICLO	SALA COLECTIVAS
10:15	CICLO VIRTUAL
11:00	BODY PUMP
12:15	CICLO INDOOR



TIPO ACTIVIDAD
CARDIOVASCULAR
CARDIO + TONIFICACIÓN
TONIFICACIÓN
SUAVE
BAILE

