

METROPOLITANO

CLUB DEPORTIVO

HORARIO CLASES COLECTIVAS 2019

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

	LUNES		MARTES		MIÉRCOLES		JUEVES		VIERNES		SÁBADO	
	SALA CICLO	SALA COLECTIVAS	SALA CICLO	SALA COLECTIVAS	SALA CICLO	SALA COLECTIVAS	SALA CICLO	SALA COLECTIVAS	SALA CICLO	SALA COLECTIVAS	SALA CICLO	SALA COLECTIVAS
8:15	CICLO VIRTUAL	PILATES	CICLO VIRTUAL		CICLO VIRTUAL	PILATES	CICLO VIRTUAL		CICLO VIRTUAL	PILATES		
9:00		YOGA		G.A.P		YOGA		A.F.G		STRETCH		
10:00	CICLO VIRTUAL				CICLO VIRTUAL				CICLO VIRTUAL			
12:00			CICLO VIRTUAL				CICLO VIRTUAL					
14:15	CICLO INDOOR	YOGA	CICLO INDOOR	SH'BAM		BODY PUMP	CICLO INDOOR	BODY COMBAT		G.A.P		
15:30	CICLO VIRTUAL		CICLO VIRTUAL		CICLO VIRTUAL		CICLO VIRTUAL		CICLO VIRTUAL	BODY PUMP		
16:00		FITBALL		PILATES		FREESTYLER		YOGA				
17:15		PILATES	CICLO VIRTUAL			BODY PUMP EXPRESS	CICLO VIRTUAL	CIRCUIT-FIT		FITBALL		
18:00		CIRCUIT-FIT		YOGA	CICLO VIRTUAL	PILATES		COREBAR	CICLO VIRTUAL	STRETCH		
19:00	CICLO INDOOR	FREESTYLER	CICLO INDOOR	BODY PUMP		KANGOO POWER	CICLO INDOOR	SH'BAM		BODY PUMP		
19:15					CICLO INDOOR							
20:00	CICLO INDOOR	KANGOO POWER	CICLO INDOOR	COREBAR		YOGA	CICLO VIRTUAL	BODY PUMP	CICLO INDOOR			
21:00		BODY COMBAT			CICLO INDOOR		CICLO INDOOR					
10:15											CICLO VIRTUAL	
11:00											BODY PUMP	
12:15											CICLO INDOOR	



TIPO ACTIVIDAD
CARDIOVASCULAR
CARDIO + TONIFICACIÓN
TONIFICACIÓN
SUAVE
BAILE