

METROPOLITANO

CLUB DEPORTIVO

HORARIO CLASES COLECTIVAS MARZO 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	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					CICLO INDOOR		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