

METROPOLITANO

CLUB DEPORTIVO

HORARIO CLASES COLECTIVAS DESDE EL 24 DE JUNIO AL 14 DE JULIO DE 2019

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

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

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



TIPO ACTIVIDAD
CARDIOVASCULAR
CARDIO + TONIFICACIÓN
TONIFICACIÓN
SUAVE
BAILE