

HORARIO CLASES COLECTIVAS TEMPORADA 2019/2020

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

	LUNES		MARTES		MIÉRCOLES		JUEVES		VIERNES	
	SALA 1	SALA 2	SALA 1	SALA 2	SALA 1	SALA 2	SALA 1	SALA 2	SALA 1	SALA 2
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	
11:00			CICLO VIRTUAL				CICLO VIRTUAL			
11:30		G.A.P		SH'BAM		COREBAR		PILATES		
12:30	CICLO VIRTUAL	STEP		FREESTYLER	CICLO VIRTUAL	FITBALL		KANGOO POWER	CICLO VIRTUAL	
13:30										
14:15	CICLO INDOOR	FREESTYLER	CICLO INDOOR	BODY COMBAT	CICLO INDOOR	BODY PUMP	CICLO INDOOR	SH'BAM	CICLO VIRTUAL	HIIT
15:30	CICLO VIRTUAL		CICLO VIRTUAL		CICLO VIRTUAL		CICLO VIRTUAL			BODY PUMP
16:00		FITBALL		PILATES		FREESTYLER		YOGA	CICLO VIRTUAL	
17:15		PILATES	CICLO VIRTUAL			PILATES	CICLO VIRTUAL			FITBALL
18:00		HIIT		YOGA	CICLO VIRTUAL	STEP		PILATES	CICLO VIRTUAL	KANGOO POWER
18:30										
19:00		SH'BAM	CICLO INDOOR	COREBAR	CICLO INDOOR	KANGOO POWER	CICLO INDOOR	FREESTYLER		BODY PUMP
19:15	CICLO INDOOR									
20:00		KANGOO POWER	CICLO VIRTUAL	BODY PUMP		YOGA	CICLO INDOOR	BODY COMBAT EXPRESS	CICLO INDOOR	
20:30	CICLO INDOOR							STRETCH EXPRESS		
21:00			CICLO INDOOR		CICLO VIRTUAL		CICLO INDOOR			

	SÁBADO	
	SALA 1	SALA 2
10:15	CICLO VIRTUAL	
11:00		BODY PUMP
12:00	CICLO INDOOR	



TIPO ACTIVIDAD
CARDIOVASCULAR
CARDIO + TONIFICACIÓN
TONIFICACIÓN
SUAVE
BAILE

