



HORARIO ACTIVIDADES DIRIGIDAS

VIVAGYM ALCOBENDAS RÍO NORTE



FECHA INICIO: 01/09

INICIO	LUN	MAR	MIÉ	JUE	VIE	SÁB	DOM
6:15	VIRTUAL CYCLING E2 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'		
7:15	CYCLING E2 45'	V-POWER E1 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'		
8:15	VIRTUAL CYCLING E2 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'
9:15	VIRTUAL CYCLING E2 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'
9:30	PILATES E1 45'	V-FIGHT E1 45'	V-POWER E1 45'	PILATES E1 45'	ZUMBA E1 45'		
10:15	VIRTUAL CYCLING E2 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'
10:30	V-BURN E1 45'	ZUMBA E1 45'	V-MIND E1 45'	V-POWER E1 45'	V-MIND E1 45'	VIRTUAL FIGHT E1 45'	VIRTUAL POWER E1 45'
11:30	VIRTUAL CYCLING E2 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'
11:30	V-POWER E1 45'	PILATES E1 45'	VIRTUAL FIGHT E1 45'	VIRTUAL BURN E1 45'	VIRTUAL POWER E1 45'	V-POWER E1 45'	VIRTUAL BURN E1 45'
12:30	VIRTUAL CYCLING E2 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'
12:30	VIRTUAL FIGHT E1 45'	VIRTUAL POWER E1 45'	VIRTUAL BURN E1 45'	VIRTUAL POWER E1 45'	VIRTUAL FIGHT E1 45'	PILATES E1 45'	VIRTUAL POWER E1 45'
14:30	V-POWER E1 45'	GAP E1 45'	V-POWER E1 45'	V-POWER E1 45'	VIRTUAL POWER E1 45'		
14:30	VIRTUAL CYCLING E2 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'		
17:00	VIRTUAL CYCLING E2 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'	V-POWER E1 45'		
18:00	PILATES E1 45'	V-POWER E1 45'	ZUMBA E1 45'	GAP E1 45'	ZUMBA E1 45'	VIRTUAL POWER E1 45'	VIRTUAL FIGHT E1 45'
18:30	CYCLING E2 45'	CYCLING E2 45'	CYCLING E2 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'
19:00	V-POWER E2 45'	V-FIGHT E2 45'	V-POWER E2 45'	PILATES E2 45'	PILATES E2 45'	VIRTUAL FIGHT E2 45'	VIRTUAL POWER E2 45'
19:15	CROSS WOD TOS 30'	HYBRID WOD TOS 30'	CROSS WOD TOS 30'				
19:30	CYCLING E2 45'	CYCLING E2 45'	CYCLING E2 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'
19:45	ABD TOS 15'	ABD TOS 15'	ABD TOS 15'				
20:00	ZUMBA E1 45'	V-BURN E1 45'	V-FIGHT E1 45'	V-POWER E1 45'	VIRTUAL POWER E1 45'		
20:15	HYBRID WOD TOS 30'	CROSS WOD TOS 30'	HYBRID WOD TOS 30'				
20:30	VIRTUAL CYCLING E2 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'		
20:45	ABD TOS 15'	ABD TOS 15'	ABD TOS 15'				
21:30	VIRTUAL CYCLING E2 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'		



ENTRENAR LO CAMBIA → * * *TODO*



VivaGym tiene todos los derechos reservados, y se reservará cualquier modificación del horario por motivos externos.



Uso obligatorio de toalla.



No se podrá acceder a la sala una vez pasados los primeros cinco minutos.

CUERPO-MENTE	CYCLING	COREOGRAFIADAS
CUERPO-MENTE VIRTUAL	CYCLING VIRTUAL	FUNCIONAL
CARDIO	TONIFICACION	ABDOMINALES
CARDIO VIRTUAL	TONIFICACION VIRTUAL	

RESERVA TU CLASE DESDE TU AREA DE CLIENTE EN VIVAGYM.ES O EN LA APP VIVAGYM