



HORARIO ACTIVIDADES DIRIGIDAS

VIVAGYM GIRONA SUD



FECHA INICIO: 01/09/25

INICIO	LUN	MAR	MIÉ	JUE	VIE	SÁB	DOM
7:00	VIRTUAL CYCLING E2 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'		
8:00	VIRTUAL CYCLING E2 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'		
9:30	CYCLING E2 45'	V-POWER E1 45'	GAP E1 45'	CYCLING E2 45'	V-BURN E1 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'
10:30	V-BURN E1 45'	CYCLING E2 45'	PILATES E1 45'	V-POWER E1 45'	PILATES E1 45'		
11:00							
12:00	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'
13:00						VIRTUAL CYCLING E2 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'
14:00	VIRTUAL CYCLING E2 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'		
15:30	V-BURN E1 45'	GAP E1 45'	PILATES E1 45'	V-POWER E1 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'		
16:00		VIRTUAL CYCLING E2 45'		VIRTUAL CYCLING E2 45'			
17:00	GAP E1 45'	V-POWER E1 45'	V-BURN E1 45'		V-POWER E1 45'		
17:15				ABS TOS 15'		VIRTUAL CYCLING E2 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'
18:00	V-POWER E1 45'	V-MIND E1 45'	GAP E1 45'	TBC E1 45'			
18:15	CYCLING E2 45'	HYBRID WOD TO 30'	CYCLING E2 45'		CYCLING E2 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'	VIRTUAL CYCLING E2 45'
19:00	PILATES E1 45'	GAP E1 45'	PILATES E1 45'				
19:15	CROSS WOD TO 30'	CYCLING E2 45'	CROSS WOD TO 30'	CYCLING E2 45'	ABS TOS 15'		
20:00	ZUMBA E1 45'	V-BURN E1 45'	ZUMBA E1 45'	GAP E1 45'			
20:15	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	TONIFICACIÓN	ABDOMINALES
CARDIO VIRTUAL	TONIFICACIÓN VIRTUAL	THE BOXER CLUB

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