



# HORARIO ACTIVIDADES DIRIGIDAS

## VIVAGYM LA VERNEDA



FECHA INICIO: 1/09

| INICIO | LUN                    | MAR                    | MIÉ                    | JUE                    | VIE                    | SÁB                    | DOM                    |
|--------|------------------------|------------------------|------------------------|------------------------|------------------------|------------------------|------------------------|
| 7:15   | V-BURN E1 45'          | GAP E1 45'             | V-FIGHT E1 45'         | V-POWER E1 45'         |                        |                        |                        |
| 8:00   | VIRTUAL CYCLING E2 45' | VIRTUAL CYCLING E2 45' | VIRTUAL CYCLING E2 45' | VIRTUAL CYCLING E2 45' | VIRTUAL CYCLING E2 45' |                        |                        |
| 9:00   |                        |                        |                        |                        |                        | VIRTUAL CYCLING E2 45' | VIRTUAL CYCLING E2 45' |
| 9:15   | V-FIGHT E1 45'         | V-POWER E1 45'         | PILATES E1 45'         | ZUMBA E1 45'           | PILATES E1 45'         |                        |                        |
| 10:00  |                        |                        |                        |                        |                        | VIRTUAL CYCLING E2 45' | VIRTUAL CYCLING E2 45' |
| 10:15  | YOGA E1 45'            | ZUMBA E1 45'           | V-BURN E1 45'          | GAP E1 45'             | CYCLING E2 45'         | V-POWER E1 45'         |                        |
| 11:00  | VIRTUAL CYCLING E2 45' | VIRTUAL CYCLING E2 45' |                        | VIRTUAL CYCLING E2 45' |                        |                        | VIRTUAL CYCLING E2 45' |
| 11:15  | V-POWER E1 45'         | CROSS WOD TOS 30'      | CYCLING E2 45'         | HYBRID WOD TOS 30'     | V-POWER E1 45'         | CYCLING E2 45'         |                        |
| 12:00  | VIRTUAL CYCLING E2 45' | VIRTUAL CYCLING E2 45' |                        | VIRTUAL CYCLING E2 45' | VIRTUAL CYCLING E2 45' |                        | VIRTUAL CYCLING E2 45' |
| 12:15  | ABS TOS 15'            |                        | ABS TOS 15'            |                        |                        |                        |                        |
| 13:00  | 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' |
| 14:15  | CROSS WOD TOS 30'      | V-POWER E1 45'         | CYCLING E2 45'         | V-POWER E1 45'         |                        |                        |                        |
| 15:00  | VIRTUAL CYCLING E2 45' | VIRTUAL CYCLING E2 45' |                        | VIRTUAL CYCLING E2 45' | VIRTUAL CYCLING E2 45' |                        |                        |
| 16:00  | 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' |
| 17:00  | VIRTUAL CYCLING E2 45' | VIRTUAL CYCLING E2 45' | VIRTUAL CYCLING E2 45' | VIRTUAL CYCLING E2 45' | VIRTUAL CYCLING E2 45' |                        |                        |
| 17:00  | GAP E1 45'             | V-BURN E1 45'          | PILATES E1 45'         | V-POWER E1 45'         | ZUMBA E1 45'           |                        |                        |
| 18:00  |                        |                        |                        |                        |                        | VIRTUAL CYCLING E2 45' | VIRTUAL CYCLING E2 45' |
| 18:00  | V-FIGHT E1 45'         | ZUMBA E1 45'           | V-POWER E1 45'         | V-FIGHT E1 45'         | GAP E1 45'             |                        |                        |
| 18:15  | HYBRID WOD TOS 30'     | CROSS WOD TOS 30'      | HYBRID WOD TOS 30'     |                        |                        |                        |                        |
| 18:45  | CYCLING E2 45'         | CYCLING E2 45'         | CYCLING E2 45'         |                        |                        |                        |                        |
| 19:00  |                        |                        |                        |                        |                        | VIRTUAL CYCLING E2 45' | VIRTUAL CYCLING E2 45' |
| 19:00  | ZUMBA E1 45'           | V-FIGHT E1 45'         | GAP E1 45'             | YOGA E1 45'            | V-POWER E1 45'         |                        |                        |
| 19:15  | CROSS WOD TOS 30'      | HYBRID WOD TOS 30'     | CROSS WOD TOS 30'      | HYBRID WOD TOS 30'     |                        |                        |                        |
| 19:45  | CYCLING E2 45'         | CYCLING E2 45'         | CYCLING E2 45'         | CYCLING E2 45'         |                        |                        |                        |
| 20:00  | PILATES E1 45'         | V-POWER E1 45'         | ZUMBA E1 45'           | V-BURN E1 45'          |                        |                        |                        |
| 20:15  | ABS TOS 15'            | ABS TOS 15'            | ABS TOS 15'            |                        |                        |                        |                        |
| 21:00  | V-POWER E1 45'         | YOGA E1 45'            |                        |                        |                        |                        |                        |
| 21:00  | 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 reservara 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