

# HORARIO ACTIVIDADES DIRIGIDAS

## VIVAGYM LOS HERRAN



FECHA INICIO: 1/09

| INICIO | LUN             |        | MAR             |        | MIÉ             |        | JUE             |        | VIE             |        | SÁB             |        | DOM             |        |
|--------|-----------------|--------|-----------------|--------|-----------------|--------|-----------------|--------|-----------------|--------|-----------------|--------|-----------------|--------|
| 7:15   | V-POWER         | E1 45' | CYCLING         | E2 45' | V-BURN          | E1 45' | VIRTUAL V-POWER | E1 45' | CYCLING         | E2 45' |                 |        |                 |        |
| 7:15   | VIRTUAL CYCLING | E2 45' |                 |        | VIRTUAL CYCLING | E2 45' | VIRTUAL CYCLING | E2 45' |                 |        |                 |        |                 |        |
| 8:00   |                 |        | VIRTUAL V-POWER | E1 45' | VIRTUAL GAP     | E1 45' | VIRTUAL CYCLING | E2 45' | VIRTUAL V-POWER | E1 45' |                 |        |                 |        |
| 9:00   | VIRTUAL CYCLING | E2 45' | ZUMBA           | E1 45' | CYCLING         | E2 45' | CYCLING         | E2 45' | CYCLING         | E2 45' |                 |        |                 |        |
| 9:15   | V-MIND          | E1 45' |                 |        |                 |        |                 |        |                 |        |                 |        |                 |        |
| 10:00  |                 |        | PILATES         | E1 45' | V-MIND          | E1 45' | PILATES         | E1 45' | ZUMBA           | E1 45' | VIRTUAL CYCLING | E2 45' |                 |        |
| 10:15  | CYCLING         | E2 45' | VIRTUAL CYCLING | E2 45' | VIRTUAL CYCLING | E2 45' | VIRTUAL CYCLING | E2 45' | VIRTUAL CYCLING | E2 45' |                 |        | VIRTUAL CYCLING | E2 45' |
| 11:00  | VIRTUAL CYCLING | E2 45' | VIRTUAL V-POWER | E1 45' | VIRTUAL V-BURN  | E1 45' | V-POWER         | E1 45' | VIRTUAL GAP     | E1 45' | WEEKEND CLASS   | E1 45' | VIRTUAL V-POWER | E1 45' |
| 12:00  | VIRTUAL V-FIGHT | E1 45' | VIRTUAL CYCLING | E2 45' |                 |        |                 |        |                 |        |                 |        | VIRTUAL CYCLING | E2 45' |
| 12:30  | VIRTUAL CYCLING | E2 45' |                 |        | VIRTUAL CYCLING | E2 45' | VIRTUAL CYCLING | E2 45' | VIRTUAL CYCLING | E2 45' | VIRTUAL CYCLING | E2 45' |                 |        |
| 14:00  | VIRTUAL V-POWER | E1 45' | VIRTUAL V-FIGHT | E1 45' | VIRTUAL GAP     | E1 45' | VIRTUAL V-MIND  | E1 45' | VIRTUAL V-POWER | E1 45' |                 |        |                 |        |
| 14:00  | VIRTUAL CYCLING | E2 45' | VIRTUAL CYCLING | E2 45' | VIRTUAL CYCLING | E2 45' | VIRTUAL CYCLING | E2 45' | VIRTUAL CYCLING | E2 45' |                 |        |                 |        |
| 15:00  | VIRTUAL CYCLING | E2 45' | VIRTUAL CYCLING | E2 45' | VIRTUAL V-POWER | E2 45' | VIRTUAL CYCLING | E2 45' | VIRTUAL CYCLING | E2 45' |                 |        |                 |        |
| 16:00  | FIT MOVES       | TO 30' | VIRTUAL V-BURN  | E1 45' | FIT MOVES       | TO 30' | VIRTUAL V-BURN  | E1 45' | VIRTUAL V-POWER | E1 45' | VIRTUAL CYCLING | E2 45' |                 |        |
| 17:00  | GAP             | E1 45' | V-BURN          | E1 45' | VIRTUAL V-POWER | E1 45' | V-POWER         | E1 45' | CYCLING         | E2 45' |                 |        |                 |        |
| 18:00  | ZUMBA           | E1 45' | V-MIND          | E1 45' | ZUMBA           | E1 45' | CYCLING         | E2 45' | V-POWER         | E1 45' | VIRTUAL CYCLING | E2 45' |                 |        |
| 18:00  | CYCLING         | E2 45' | CYCLING         | E2 45' | VIRTUAL CYCLING | E2 45' | VIRTUAL CYCLING | E2 45' | VIRTUAL CYCLING | E2 45' |                 |        |                 |        |
| 19:00  | PILATES         | E1 45' | GAP             | E1 45' | PILATES         | E1 45' | V-MIND          | E1 45' | VIRTUAL CYCLING | E2 45' |                 |        |                 |        |
| 20:00  | V-POWER         | E1 45' | V-BURN          | E1 45' | VIRTUAL V-POWER | E1 45' | VIRTUAL GAP     | E1 45' | VIRTUAL V-POWER | E1 45' |                 |        |                 |        |
| 20:00  | VIRTUAL CYCLING | E2 45' | VIRTUAL CYCLING | E2 45' | CYCLING         | E2 45' | VIRTUAL CYCLING | E2 45' | VIRTUAL CYCLING | E2 45' |                 |        |                 |        |
| 21:00  | 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 RESERVA CUALQUIER MODIFICACIÓN DEL HORARIO POR MOTIVOS EXTERNOS.
- USO OBLIGATORIO DE TOALLA.
- NO SE PODRÁ ACCEDER A LA SALA UNA VEZ PASADOS LOS PRIMEROS 5 MIN.

|        |              |              |               |
|--------|--------------|--------------|---------------|
| CARDIO | CUERPO-MENTE | TONIFICACIÓN | FUNCIONAL     |
| CICLO  | BAILES       | ABDOMINALES  | CICLO VIRTUAL |

RESERVA TU CLASE EN EL ÁREA DE CLIENTE EN [WWW.VIVAGYM.ES](http://WWW.VIVAGYM.ES) O EN LA APP