

HORARIO ACTIVIDADES DIRIGIDAS

VIVAGYM SAN FERNANDO DE HENARES



FECHA INICIO: 28/07

INICIO	LUN	MAR	MIÉ	JUE	VIE	SÁB	DOM
9:00	STRETCHING TOS 30'		ABS TOS 30'	BOXING E3 45'	ABS TOS 30'		
9:15	CYCLING E2 45'		CYCLING E2 45'				
9:30	BODYPUMP E1 45'	BODYCOMBAT E1 45'	ZUMBA E1 45'	BODYCOMBAT E1 45'			
9:30		POWERWOD TOS 30'					
10:15					CYCLING E2 45'		
10:30		PILATES E1 45'	BODYPUMP E1 45'	PILATES E1 45'	ZUMBA E1 45'		
11:30	PILATES E1 45'						
17:00	GAP E1 45'						
17:00	BOXING E3 45'				PILATES E1 45'		
17:15		POWERWOD TOS 30'	POWERWOD TOS 30'	POWERWOD TOS 30'			
18:00	BODYCOMBAT E1 45'	BODYPUMP E1 45'	PILATES E1 45'				
18:00			BOXING E3 45'	GAP E1 45'	BOXING E3 45'		
18:15	POWERWOD TOS 30'						
18:30			CYCLING E2 45'				
18:30		ABS TOS 30'		ABS TOS 30'			
19:00	PILATES E1 45'	ZUMBA E1 45'	BODYPUMP E1 45'				
19:00		BOXING E3 45'		BOXING E3 45'			
19:15					POWERWOD TOS 30'		
19:30	CYCLING E2 45'	CYCLING E1 45'					
20:00			BODYCOMBAT E1 45'	ZUMBA E1 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 O EN LA APP