



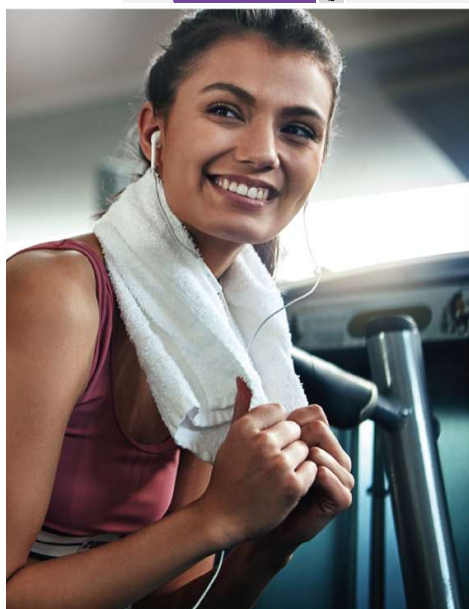
HORARIO ACTIVIDADES DIRIGIDAS

VIVAGYM SAN FERNANDO DE HENARES



FECHA INICIO: 01/09

INICIO	LUN	MAR	MIÉ	JUE	VIE	SÁB	DOM
8:30			ABS				
8:45	ABS	CROSS WOD	STRETCHING				
9:00	STRETCHING						
9:30	V-POWER	V-FIGHT	ZUMBA	V-FIGHT	GAP		
9:30	CYCLING	CYCLING	CYCLING		V-BOXING		
10:00					CYCLING		
10:15				CROSS WOD			
10:30	CROSS WOD	V-BOXING	CROSS WOD				
10:30	ZUMBA	ZUMBA	V-POWER	V-MIND	ZUMBA		
10:45				ABS			
11:00		ABS	V-BOXING	V-BOXING			
11:15		STRETCHING			CROSS WOD		
11:30	PILATES	V-MIND	V-MIND	V-POWER	V-MIND	V-POWER	
12:30						CYCLING	
14:30	V-POWER	PILATES	GAP	V-MIND			
16:00	ABS	ABS	ABS	ABS			
17:00	GAP	V-FIGHT			PILATES		
17:00			ZUMBA	V-POWER	V-BOXING		
17:15	CROSS WOD	CROSS WOD	CROSS WOD	CROSS WOD			
17:30	V-BOXING		V-BOXING				
18:00	CYCLING	CYCLING	CYCLING	CYCLING	ABS		
18:00	V-FIGHT	V-POWER	PILATES	GAP	ZUMBA		
18:00		STRETCHING					
18:15					CROSS WOD		
18:30		V-BOXING		V-BOXING			
19:00	ABS	ZUMBA	ABS	STRETCHING			
19:00	CYCLING	CYCLING	CYCLING	V-FIGHT	V-FIGHT		
19:00	V-MIND		V-POWER				
19:15		CROSS WOD					
19:30	V-BOXING		V-BOXING				
20:00	V-POWER	PILATES	GAP	ZUMBA			
20:15	CROSS WOD		CROSS WOD				
20:30		V-BOXING					
21:00	PILATES		V-MIND				



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

TONIFICACION VIRTUAL

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