

HORARIO ACTIVIDADES DIRIGIDAS TOP HEALTH VERACRUZ MARZO



	LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
08:00-09:00	CICLO VIRTUAL	PILATES III	CLUB CORREDORES	PILATES III	BAILE LATINO
	POWER PUMP	CICLO III	CORE FIT	CICLO VIRTUAL	CICLO VIRTUAL
09:30-10:30	POWER PUMP	PILATES I	HEALTH CIRCUIT	G.A.P	PILATES I
10:30-11:30	CICLO VIRTUAL	CICLO II	CICLO VIRTUAL	CICLO II	STRETCHING 10:30-11:00
12:00-13:00	PILATES	CICLO VIRTUAL	PILATES I	CICLO VIRTUAL	CICLO VIRTUAL
13:00-13:40	CICLO VIRTUAL	TRX	CICLO VIRTUAL	SPARTAN CROSS	CICLO VIRTUAL
14:00-15:00	CICLO II	POWER PUMP	CICLO II	PILATES I	CORE ACTIVO I
16:00-17:00	CICLO VIRTUAL	CICLO VIRTUAL	CICLO VIRTUAL	CICLO VIRTUAL	CICLO VIRTUAL
18:00-19:00	YOGA	HEALTH CIRCUIT	YOGA	BAILE LATINO	TOP BALANCE
19:30-20:30	GAP	BAILE LATINO	POWER PUMP	PILATES II	CICLO VIRTUAL
20:30-21:30	CICLO III	FUNCIONAL EXTREM	CICLO III/ CLUB CORREDOR	TRX	CICLO VIRTUAL
					MARZO
21:30-21:50	ABDOMEN EXPRESS	CICLO VIRTUAL	CORE	CICLO VIRTUAL	

ACTIVIDADES ESPECIALES	POWER REMEMBER DÍA 19 - 14:30H	AQUACROSS DIA 6 - 10:00H	YOGA RESTAURATIVO DÍA 14 - 11:00H	CICLO HIIT DÍA 22 - 09:00H	POWER - TRX DÍA 16 - 09:30H
	TOP BALANCE DÍA 12 18:00H	CICLO HIIT DÍA 13 - 14:15H	FUNCIONAL TRX DÍA 19 - 11:00H	AQUACROSS DIA 22 - 20:00H	
	MEDITACIÓN DE PRIMAVERA DÍA 19 - 14:15H	POWER - TRX DÍA 20 - 21:15H	ASHTANGA YOGA DIA 14 - 20:15H	BODY DANCE DÍA 8 - 20:15H	

EN CIRCUNSTANCIAS CRÍTICAS, PUEDE QUE EL HORARIO DE CLASES SUFRA ALGÚN CAMBIO DE ÚLTIMA HORA. LA DIRECCIÓN HARÁ TODO LO POSIBE PARA COMUNICAR PREVIAMENTE LOS C/



CUERPO Y MENTE	CARDIOVASCULAR	ALTA INTENSIDAD	COREOGRAFIADAS	TONIFICACIÓN-FUERZA	TERAPEÚTICAS
----------------	----------------	-----------------	----------------	---------------------	--------------