

HORARIO ACTIVIDADES DIRIGIDAS TOP HEALTH LA VICTORIA MAYO



	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO
9:15 - 10:15						
9:30 - 10:30	YOGA	TRX	YOGA		YOGA	
10:00 - 11:00	HIDROGYM	NAT. TERAPÉUTICA	HIDROGYM	AQUADANCE	HIDROGYM	
10:30-11:30						
11:00-11:45		SPINNING		SPINNING		
11:15-11:45		ESPALDA SANA		ESPALDA SANA		
11:15-12:00	HEALTH CIRCUIT		HEALTH CIRCUIT			
11:15-12:15					PILATES	
12:00-12:45			BODY DANCE	BODY PUMP		SPINNING
12:00-13:00	PILATES	PILATES		PILATES		
12:15-12:45					ABDOMINAL EXPRESS	
14:30-15:15			SPINNING			
18:00-18:45	TRX		TRX			
18:30 - 19:50						
19:00-19:45		SPINNING		SPINNING		
19:00-20:00	YOGA	GAP	BODY PUMP	HIIT	BODY PUMP	
	BODY PUMP					
19:30-19:50	ABDOMINAL EXPRESS					
20:00-20:45	SPINNING		SPINNING		SPINNING	
20:00-21:00	HIDROGYM	AQUACROSS	NAT. TERAPÉUTICA	AQUACROSS		MAYO
		BODY DANCE	CLUB CORREDORES	BODY DANCE	FLAMENCO & ARTE	
	PILATES	YOGA	PILATES	YOGA		
20:30-21:30						
21:00-21:20		ABDOMINAL EXPRESS	STRETCHING			
21:00-21:45	HIIT	SPINNING	TRX	BODY PUMP		
21:00-22:00		KICK BOXING		KICK BOXING		

ACTIVIDADES ESPECIALES	COMBO ORIGINAL	FITNESS BALLET	COMBO ORIGINAL	HIIT COMPETITION	YOGA AÉREO	TOPhealth SALUD & DEPORTE
	DÍA 7 - 18:00H	DÍA 8 - 20:00H	DÍA 9 - 21:00H	DÍA 17- 21:00H	DÍA 11 y 18 - 9:30 H	
	CICLO HIIT	YOGA AIRE LIBRE	FULL-TRAINING	STREET TIME	FAMENCO & ARTE	
DÍA 14 - 20:00H	DÍA 15 - 20:00 H	DÍA 30 - 21:00H	DÍA 31- 19:00H	DÍA 18 - 20:00H	INAUGURACIÓN FERIA	
	FIT-BOXING		BODYDANCE "MUSICALES"			
	DÍA 15 - 21:00		DÍA 31 - 20:00H			

CUERPO Y MENTE
CARDIOVASCULAR
ALTA INTENSIDAD
MEDIO ACUÁTICO
COREOGRAFIADAS
TONIFICACIÓN-FUERZA
TERAPÉUTICAS

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 CAMBIOS EN EL TABLÓN DE ANUNCIOS

