

HORARIO ACTIVIDADES DIRIGIDAS TOP HEALTH SAN MIGUEL MARZO



	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO
7:45 - 8:30		VIRTUAL CICLO	VIRTUAL CICLO	VIRTUAL CICLO		
9:00 - 9:45		CICLO		CICLO		
9:30 - 10:30	TRX	PILATES	POWER	PILATES	TRX	
10:00-11:00	NATACION TERAPEUTICA	HIDROGYM	NATACION TERAPEUTICA	HIDROGYM	NATACIÓN ESPALDA	
10:15-11:00						VIRTUAL CICLO
10:30 - 11:30		PILATES		PILATES		
11:00-11:30					ESPALDA SANA	
11:00-12:00	YOGA	VIRTUAL CICLO	YOGA	VIRTUAL CICLO		
12:00-12:30	G.A.P EXPRESS	CORE EXPRESS	G.A.P EXPRESS	CORE EXPRESS		
14:15 - 15:30		CICLO		CICLO		
14:30 - 15:30	POWER		BODY DANCE			
15:30 - 16:30		PILATES		PILATES		
17:45-18:30	NATACION NIÑOS/ BEBE*	NATACION NIÑOS*	NATACION NIÑOS/BEBE*	NATACION NIÑOS*	NATACION NIÑOS*	
18:30 - 19:15	NATACION JUVENIL*		NATACION JUVENIL*			
18:00 - 19:00	PILATES		PILATES			
19:00-19:45			FUNCTIONAL XTREME			
19:00 - 20:00	POWER	G.A.P		G.A.P	PILATES CHI-KUNG	
20:00 - 20:20	CORE EXPRESS					
20:00 - 20:45			CLUB CORREDORES			
		CICLO	NATACIÓN ADULTOS	CICLO		
20:00 - 21:00	HIDROGYM	NATACION TERAPEUTICA		HIDROGYM	FLAMENCO & ARTE**	
20:15 - 21:15	YOGA	PILATES	YOGA	PILATES		
20:30 - 21:00	CICLO HIIT					
20:45 - 21:15			CICLO HIIT			
21:15 - 21:45			CORE EXPRESS			
21:00-22:00		KICK-BOXING **		KICK-BOXING **		MARZO
21:15-22:00	POWER EXPRESS	TRX		HIIT		

ACTIVIDADES ESPECIALES	POWER REMEMBER DÍA 19 - 14:30H	AQUACROSS DÍA 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	FUNCTIONAL TRX DÍA 19 - 11:00H	AQUACROSS DÍA 22 - 20:00H		
	MEDITACIÓN DE PRIMAVERA DÍA 19 - 14:15H	POWER - TRX DÍA 20 - 21:15H	ASHTANGA YOGA DÍA 14 - 20:15H	BODY DANCE DÍA 8 - 20:15H		

EN CIRCUNSTANCIAS CRÍTICAS, PUEDE QUE EL HORARIO DE CLASES SUFRA ALGUN CAMBIO DE ÚLTIMA HORA. LA DIRECCIÓN HARÁ TODO LO POSIBLE PARA COMUNICAR PREVIAMENTE LOS CAMBIOS EN EL TABLÓN DE ANUNCIOS.

* ACTIVIDAD FUERA DE CUOTA

**ACTIVIDAD IMPARTIDA EN TOP HEALTH LA VICTORIA

