

# HORARIO ACTIVIDADES DIRIGIDAS TOP HEALTH VERACRUZ



	LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO
<b>08:00-09:00</b>	CICLO VIRTUAL	PILATES III	CLUB CORREDORES	PILATES III	COMBO FIT	
	POWER I I	CICLO III	CORE ACTIVO	CICLO VIRTUAL	CICLO VIRTUAL	
<b>09:30-10:30</b>	BODY TONIC I	PILATES I	CORE FIT	G.A.P	PILATES I	
<b>10:30-11:30</b>	CICLO VIRTUAL	CICLO II	CICLO VIRTUAL	CICLO II	STRETCHING	
<b>12:00-13:00</b>	CICLO VIRTUAL	CICLO VIRTUAL	PILATES I	CICLO VIRTUAL	CICLO VIRTUAL	
<b>13:00-13:40</b>		TRX	CICLO VIRTUAL	SPARTAN CROSS		
<b>14:00-15:00</b>	CICLO II	POWER I I	CICLO II	PILATES I	CORE ACTIVO I	
<b>16:00-17:00</b>	CICLO VIRTUAL	CICLO VIRTUAL	CICLO VIRTUAL	CICLO VIRTUAL	CICLO VIRTUAL	
<b>18:00-19:00</b>	YOGA	CORE FIT	YOGA	POWER I	PILATES II	
<b>19:30-20:30</b>	GAP	ZUMBA	POWER II	PILATES II	CICLO VIRTUAL	
<b>20:30-21:30</b>	CICLO III	FUNCIONAL	CICLO / CLUB CORREDOR	TRX		
					<b>NOVIEMBRE</b>	
<b>21:30-21:50</b>	ABDOMINAL EXPRESS	CICLO VIRTUAL	CORE	CICLO VIRTUAL		

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



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