

HORARIO ACTIVIDADES DIRIGIDAS TOP HEALTH VERACRUZ ABRIL



	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	GAP	PILATES I
10:30-11:30	CICLO VIRTUAL	CICLO II	CICLO VIRTUAL	CICLO II	STRETCHING 10:30-11:00
12:00-13:00	PILATES	ABDOMEN EXPRES 12:30H	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	CICLO VIRTUAL
16:00-17:00	CICLO VIRTUAL	CICLO VIRTUAL	CICLO VIRTUAL	CICLO VIRTUAL	CICLO VIRTUAL
18:00-19:00	YOGA 18:30-19:30	PILATES	YOGA	BAILE LATINO	PILATES I
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 FUSION	CICLO VIRTUAL
					ABRIL
21:30-21:50	ABDOMEN EXPRESS	CICLO VIRTUAL	ABDOMEN EXPRESS	CICLO VIRTUAL	

ACTIVIDADES ESPECIALES	ESPECIAL STEP	POWER PUMP	POWER HOUSE PILATES	BODY COMBAT	
	DÍA 1 - 19:30H	DÍA 9 - 14:00H	DÍA 24 - 12:00H	DÍA 9 - 18:00H	
	TOP GAP	DÍA 22 - 19:30H			

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
----------------	----------------	-----------------	----------------	---------------------	--------------