

HORARIO ACTIVIDADES DIRIGIDAS TOP HEALTH VERACRUZ MAYO



	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 18:15H	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
					MAYO
21:30-21:50	ABDOMEN EXPRESS	CICLO VIRTUAL	ABDOMEN EXPRESS	CICLO VIRTUAL	

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 CA

ACTIVIDADES ESPECIALES	ESPECIAL DÍA DE LA MADRE DÍA 7	PILATES DÍA 7 - 9:30H	FUNCIONAL BOX DÍA 7 - 14:00H	MASTER CLASS LATINA DÍA 7 - 19:30H	FUNCIONAL EXTREM DUO DÍA 7 - 20:30H
	CICLO/FUNCIONAL DÍA 13 - 20:30H		FUNCIONAL DÍA 22 - 8:00H	HIPOPRESIVOS DÍA 16 - 19:30H	
CUERPO Y MENTE	CARDIOVASCULAR	ALTA INTENSIDAD	COREOGRAFIADAS	TONIFICACIÓN-FUERZA	TERAPEÚTICAS



