

Horario Actividades Dirigidas Top Health Veracruz



	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
8:00 - 8:45	POWER	CORE	PILATES	CICLO INDOOR	TRX
9:30 - 10:15	TRX		POWER		GAP
9:30 - 10:30		PILATES		PILATES	
10:30 - 11:15	CICLO VIRTUAL	CICLO INDOOR	CICLO VIRTUAL	CICLO VIRTUAL	CICLO VIRTUAL
12:00 - 12:45	BOX TOP	CICLO VIRTUAL	GAP	CICLO VIRTUAL	
12:30 - 13:00					CORE EXPRESS
13:00 - 13:45	CICLO VIRTUAL	TRX	CICLO VIRTUAL	FUNCTIONAL TRAINING	CICLO VIRTUAL
14:00 - 14:45	CICLO VIRTUAL	CICLO VIRTUAL	CICLO VIRTUAL	CICLO VIRTUAL	CICLO VIRTUAL
18:00 - 18:45	CICLO VIRTUAL	CICLO VIRTUAL	CICLO VIRTUAL	CICLO VIRTUAL	FUNCTIONAL CIRCUIT
19:00 - 19:45	GAP	SUPER GLUTOP	POWER		CICLO VIRTUAL
19:00 - 20:00				PILATES FUNCTIONAL	
20:00 - 20:45	CICLO INDOOR	FUNCTIONAL TRAINING	CICLO INDOOR	TRX	CICLO VIRTUAL
21:00 - 21:45	CORE	CICLO VIRTUAL	BOX TOP	CICLO VIRTUAL	SEPTIEMBRE

ACTIVIDADES ESPECIALES	CARDIO GAP DÍA 6 - 19:00H	TRX HIIT COMBO DÍA 14 - 13:00H	GAP FERIA DÍA 8 - 12:00H	CICLO FERIA DÍA 9 - 8:00H	GAP SUPER BOOTY DÍA 24 - 9:30H
		FUNCTIONAL TEAMS DÍA 21 - 20:00H	CICLO FERIA DÍA 8 - 20:00H	PILATES CORE DÍA 23 - 19:00H	
		FOAM CORE DÍA 28 - 8:00H	POWER REMEMBER DÍA 15 - 19:00H		

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 DE ANUNCIOS.



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