

Horario Actividades Dirigidas Top Health LA VICTORIA

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
7:45-8:30	POWER VIRTUAL	SPINNING VIRTUAL	VIRTUAL CARDIO	POWER VIRTUAL	SPINNING VIRTUAL		
8:00-8:45		GRUPOS REDUCIDOS*			POWER VIRTUAL		
9:00-9:45			YOGA	SPINNING VIRTUAL			
9:30-10:15		VIRTUAL CUERPO Y MENTE		VIRTUAL CUERPO Y MENTE			
10:00-10:45	INVICTO	GAP	POWER				
10:00-11:00	HIDROGYM	NATACIÓN TERAPÉUTICA	HIDROGYM	AQUADANCE	HIDROGYM	POWER VIRTUAL	
11:00-11:45	HEALTH CIRCUIT	SPINNING		SPINNING	TRX		
11:30-12:00		ESPALDA SANA		ESPALDA SANA			
11:30-12:15			HEALTH CIRCUIT				
12:15-13:00			BODYDANCE				
12:00-12:45	PILATES			PILATES		SPINNING	
12:00-13:00		PILATES			PILATES		
12:45-13:30	PILATES			PILATES			
14:15-15:00							
14:30-15:15	POWER VIRTUAL	SPINNING VIRTUAL		SPINNING VIRTUAL	POWER VIRTUAL		
15:30-16:30							
17:00-17:45	NATACIÓN BEBÉS		NATACIÓN BEBÉS				
18:00-18:45	CIRCUIT TRAINING		TRX				
18:30-19:00		SUPERGLUTOP					
19:00-19:45	GAP	POWER	GAP	POWER / INVICTO			
20:00-20:45	SPINNING	BODYDANCE	SPINNING	BODYDANCE			
20:00-21:00	PILATES	YOGA	PILATES	YOGA			
	HIDROGYM	NATACIÓN TERAPÉUTICA	HIDROGYM	AQUACROSS			
20:30-21:00							
21:00-21:45	BOX TOP	PYRO	BOX TOP	HIIT			



ACTIVIDADES ESPECIALES DEL 17 AL 21 SEMANA DEL 11º ANIVERSARIO TOP HAEALTH LA VICTORIA **ABRIL 2023**

CATEGORÍAS	CUERPO Y MENTE	COREOGRAFIADAS	ALTA INTENSIDAD	TONIFICACIÓN-FUERZA	MEDIO ACUÁTICO	CARDIOVASCULAR	TERAPÉUTICAS
------------	----------------	----------------	-----------------	---------------------	----------------	----------------	--------------

EN CIRCUNSTANCIAS CRÍTICAS, PUEDE QUE EL HORARIO SUFRA ALGÚN CAMBIO DE ÚLTIMA HORA. DIRECCIÓN HARÁ TODO LO POSIBE PARA COMUNICAR PREVIAMENTE LOS CAMBIOS EN EL TABLÓN DE ANUNCIOS.
 * ACTIVIDADES FUERA DE CUOTA (INFÓRMATE EN RECEPCIÓN).