

# 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			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	PILATES ESPECIAL DÍA DE LA MADRE DÍA 8 A LAS 12:00H Y A LAS 20:00H	ESTRENO POWER DÍA 9 A LAS 19:00H	ESTRENO POWER DÍA 10 A LAS 10:00H	HIPOPRESIVOS DÍA 11 A LAS 11:30H	CARDIOM TRX DÍA 12 A LAS 11:00H		
	HIDROPYRO DÍA 15 A LAS 20:00H	BODYDANCE PA' LA FERIA DÍA 16 A LAS 20:00H	SPINNING "LA FERIA" DÍA 17 A LAS 20:00H	SPINNING "LA FERIA" DÍA 18 A LAS 11:00H	AQUAFERIA DÍA 19 A LAS 10:00H		
CATEGORÍAS	CUERPO Y MENTE	COREOGRAFIADAS	ALTA INTENSIDAD	TONIFICACIÓN-FUERZA	MEDIO ACUÁTICO	CARDIOVASCULAR	TERAPÉUTICAS



MAYO 2023

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

\* ACTIVIDADES FUERA DE CUOTA (INFÓRMATE EN RECEPCIÓN).

\* ACTIVIDADES FUERA DE CUOTA (INFÓRMATE EN RECEPCIÓN).

