

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					POWER VIRTUAL		
9:00-9:45		VIRTUAL CUERPO Y MENTE		SPINNING VIRTUAL			
9:30-10:15				VIRTUAL CUERPO Y MENTE			
10:00-10:45		INVICTO	YOGA				
10:00-11:00	HIDROGYM	NATACIÓN TERAPÉUTICA	HIDROGYM	AQUADANCE	HIDROGYM	POWER VIRTUAL	
11:00-11:45	HEALTH CIRCUIT	SPINNING	HEALTH CIRCUIT	SPINNING	TRX	TALLER DE BACHATA	
11:30-12:00		ESPALDA SANA					
11:30-12:15							
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							
15:30-16:30							
17:00-17:45							
18:00-18:45	TRX						
18:30-19:00		SUPERGLUTOP					
19:00-19:45	GAP	POWER	GAP	POWER	HIIT		
20:00-20:45	SPINNING	BODYDANCE	SPINNING-CORE	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	KICK BOXING			
ACTIVIDADES ESPECIALES	AQUAPUMP DÍA 13 A LAS 10:00H Y A LAS 20:00H GAP TONO-VIEMBRE DÍA 20 A LAS 19:00H	SPINNING MARATÓN DÍA 14 A LAS 11:00H POWER GAP DÍA 14 A LAS 19:00H	DANCE LOVE DÍA 15 A LAS 12:00H SÚPER-GAP DÍA 29 A LAS 19:00H	DANCE LOVE DÍA 16 A LAS 20:00H TALLER DEFENSA PERSONAL DÍA 23 A LAS 21:00H	AQUADINAMIC DÍA 17 A LAS 10:00H ABDOMINAL HIIT DÍA 24 A LAS 19:00H		
CATEGORÍAS	CUERPO Y MENTE	COREOGRAFIADAS	ALTA INTENSIDAD	TONIFICACIÓN-FUERZA	MEDIO ACUÁTICO	CARDIOVASCULAR	TERAPÉUTICAS



NOVIEMBRE 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).

