

HORA		LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
9:00	Paraiso	09:15 - 10:00 EDAD DE ORO	09:00 - 09:45 EDAD DE ORO	09:15 - 10:00 PROPIOCEPCION	09:15 - 10:00 EDAD DE ORO	09:15 - 10:10 PILATES		
	Madrid	09:30 - 10:15 GLOBAL TRAINING	09:30 - 10:25 PILATES	9:30 - 10:15 CICLO INDOOR	09:30 - 10:25 PILATES	09:30 - 10:15 BODY PUMP		
	Paraiso		9:30-10:30 *CROSS TRAINING		9:30-10:30 *CROSS TRAINING			
10:00	Paraiso	10:15 - 11:00 GAP	10:00 - 10:45 MEJORA FISICA	10:15 - 11:15 BALANCE	10:30 - 11:15 BODY PUMP	10:15 - 11:00 GLOBAL TRAINING		
	Madrid	10:30 - 11:15 PROPIOCEPCION	10:30 - 11:15 BODY PUMP	10:30 - 11:15 GLOBAL TRAINING	10:30 - 11:15 MEJORA FISICA	10:30 - 11:15 GAP		
11:00	Paraiso						11:00 - 11:45 CLASES ALTERNAS*	11:00 - 11:45 CLASES ALTERNAS*
	Madrid						11:30 - 12:15 CLASES ALTERNAS*	
12:00	Madrid					12:00-13:00 *CROSS TRAINING		
14:00	Madrid	14:30 - 15:15 CICLO INDOOR	14:30 - 15:15 GLOBAL TRAINING	14:30 - 15:15 BODY PUMP	14:30 - 15:15 GLOBAL TRAINING	14:30 - 15:15 BODY PUMP	IMPRESINDIBLE EL USO DE TOALLA Y CALZADO ESPECIAL PARA REALIZAR LAS ACTIVIDADES	
	Paraiso	14:30 - 15:15 GLOBAL TRAINING	14:30 - 15:15 BODY PUMP	14:30 - 15:15 GLOBAL TRAINING	14:30 - 15:15 BODY PUMP	14:30 - 15:15 GLOBAL TRAINING		
17:00	Madrid	17:30 - 18:25 PILATES	17:30 - 18:15 BODY PUMP	17:30 - 18:15 BALANCE	17:30 - 18:15 BF DANCE		Las clases señaladas * tienen un coste añadido	
	Paraiso	17:30 - 18:15 BF DANCE	17:30 - 18:15 BALANCE	17:30 - 18:15 GLOBAL TRAINING	17:30 - 18:15 BODY PUMP			
	Paraiso	17:30-18:30 **KARATE BENJAMIN	17:30-18:30 **KARATE INFANTIL	17:30-18:30 **KARATE BENJAMIN	17:30-18:30 **KARATE INFANTIL	17:30-19:00 **KARATE COMPETICIÓN	EL HORARIO ESTA SUJETO A CUALQUIER CAMBIO POR PARTE DE LA DIRECCION	
	Paraiso	17:30 - 18:30 **BAILE BASE BENJAMIN new	17:30 - 18:30 **BAILE BASE BABY	17:30 - 18:30 **BAILE BASE BENJAMIN new	17:30 - 18:30 **BAILE BASE BABY	17:30 - 18:30 **B. FORM. JUNIOR		
	Paraiso	18:30 - 19:30 **BAILE BASE INFANTIL	18:30 - 19:30 **BAILE BASE BENJAMIN	18:30 - 19:30 **BAILE BASE INFANTIL	18:30 - 19:30 **BAILE BASE BENJAMIN	18:30 - 19:30 **B. FORM. YOUTH	Las clases señaladas ** son actividades Infantiles	
	Paraiso	19:30 - 20:30 **BAILE BASE JUNIOR	17:30 - 18:30 **B. FORM. JUNIOR	19:30 - 20:30 **BAILE BASE JUNIOR				
	Paraiso		18:30 - 19:30 **B. FORM. YOUTH				LAS CLASES COLECTIVAS NECESITARAN UN MINIMO DE 4 PERSONAS PARA IMPARTIR LA ACTIVIDAD	
18:00	Madrid		18:30 - 19:15 CICLO INDOOR			18:00 - 18:45 PILATES		
	Paraiso	18:30-19:30 **KARATE ALEVIN	18:30 - 19:30 **KARATE JUVENIL/CADETE	18:30-19:30 **KARATE ALEVIN	18:30 - 19:30 **KARATE JUVENIL/CADETE		PARA ACCEDER A LAS ACTIVADES ES IMPRESCINDIBLE HABER REALIZADO LA RESERVA PREVIA EN LA APP DEL GIMNASIO	
	Madrid	18:30 - 19:15 BODY PUMP	18:30 - 19:15 BF DANCE	18:30 - 19:15 GLOBAL TRAINING	18:30 - 19:25 YOGA			
	Paraiso	18:30 - 19:15 GAP	18:30 - 19:15 GLOBAL TRAINING	18:30 - 19:15 BF DANCE	18:30 - 19:15 BODY COMBAT	18:30 - 19:30 BODY PUMP	*LAS CLASES COLECTIVAS DE LOS SABADOS Y DOMINGOS SE VAN ALTERNANDO SEMANA A SEMANA	
19:00	Madrid	19:30 - 20:15 BODY COMBAT	19:30 - 20:15 GLOBAL TRAINING	19:30 - 20:15 BODY COMBAT	19:30 - 20:15 BODY PUMP	19:15 - 20:15 *BACHATA INICIACIÓN		
	Paraiso	19:30 - 20:15 BODY PUMP	19:30 - 20:25 PILATES	19:20 - 20:05 BODY PUMP	19:30 - 20:25 PILATES		CENTRO OFICIAL 	
	Paraiso	19:30 - 20:30 KARATE ADULTO	19:30 - 20:30 KARATE ADULTO	19:30 - 20:30 KARATE ADULTO	19:30 - 20:30 KARATE ADULTO			
	Paraiso	19:30 - 20:30 *CROSS TRAINING	19:30 - 20:30 *CROSS TRAINING	19:30 - 20:30 *CROSS TRAINING	19:30 - 20:30 *CROSS TRAINING			
	Paraiso		19:30 - 20:30 *BACHATA INICIACIÓN					
20:00	Madrid	20:15 - 21:00 GLOBAL TRAINING	20:30 - 21:15 BALANCE	20:15 - 21:00 BODY PUMP		20:15 - 21:15 *SALSA AVANZADO	 <i>Bodys Fitness training</i>	
	Paraiso	20:30 - 21:30 *CROSS TRAINING	20:30 - 22:00 *URBANO ADULTO	20:30 - 21:30 *CROSS TRAINING				
	Paraiso	20:30 - 21:30 YOGA	20:30 - 21:15 BODY PUMP	20:15 - 21:00 YOGA	20:30 - 21:15 GAP			
21:00	Madrid	21:00 - 22:00 *CROSS TRAINING		21:00 - 22:00 *CROSS TRAINING		21:15 - 22:15 *BACHATA AVANZADO		