

## HORARIO de ACTIVIDADES a partir del 07 ENERO de 2.025

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	
07:15 - 12:00	07:30-8:00 HIIT	07:30-8:00 CORE	07:30-8:00 HIIT	07:30-8:00 CORE	07:30-8:00 HIIT		
	08:00 - 08:45 CROSS Sala 2	08:00 - 08:45 FIT-BOX Sala 2	08:00 - 08:45 CICLO INDOOR Sala Ciclo	08:00-08:45 FUNCIONAL Sala 2			
	09:30 - 10:15 CICLO INDOOR Sala 3	09:30 - 10:15 EQUILIBRATE Sala 4	09:30 - 10:15 A TONO Sala 2	09:30 - 10:15 PILATES Sala 4	09:30 - 10:15 AQUA GYM	09:30 - 10:15 CICLO INDOOR Sala 3	
	10:00-10:30 HIIT	10:00-10:30 CORE	10:00-10:30 EQUILIBRATE	10:00-10:30 A TONO	10:00-10:30 PILATES	10:00-10:30 AQUA GYM	
10:30-11:15 GAP Sala 2	10:30-11:15 FUNCIONAL Sala 2	10:30-11:15 EQUILIBRATE Sala 4	10:30-11:15 DANCE Sala 2	10:30-11:15 EQUILIBRATE Sala 4	10:30-11:00 STRETCHING	10:30-11:00 HIIT	
						11:00 - 11:45 CICLO INDOOR Sala 3 <small>*Ultima sesión del mes VIRTUAL.</small>	
14:00-22:00	14:00-14:45 CICLO INDOOR Sala 3	14:00-14:45 MEDIO	14:00-14:45 FUNCIONAL Sala 2	14:00-14:45 FIT-BOX Sala 2	14:00-14:45 CICLO VIRTUAL Sala 3	14:00-14:45 A TONO Sala 2	
	15:15 - 15:45 CORE	15:30 - 16:15 AQUA GYM	15:15-15:45 HIIT	15:15-16:00 PERFECCIONAMIENTO	15:15 - 15:45 CORE	15:30 - 16:15 AQUA GYM	
	17:00 - 17:45 CROSS Sala 2	17:00 - 17:45 PILATES Sala 4	17:00 - 17:45 FUNCIONAL Sala 2	17:00 - 17:45 CROSS Sala 2	17:00 - 17:45 PILATES Sala 4	17:00 - 17:45 CICLO VIRTUAL Sala 3	17:15 - 17:45 STRETCHING
	18:00 - 18:45 CICLO INDOOR Sala 3	18:00 - 18:45 STEP Sala 2	18:00 - 18:45 FIT-BOX Sala 2	18:00 - 18:30 GAP	18:00 - 18:45 STEP Sala 2	18:00 - 18:45 EQUILIBRATE Sala 4	18:00 - 18:45 CROSS Sala 2
	19:00 - 19:45 CICLO INDOOR Sala 3	19:15 - 19:45 HIIT	19:00 - 19:45 DANCE Sala 2	19:00 - 19:45 CROSS Sala 2	19:15 - 19:45 STRETCHING	19:00 - 19:45 CICLO INDOOR Sala 3	19:00 - 19:45 EQUILIBRATE Sala 4
	20:00 - 20:45 PILATES Sala 4	20:00 - 20:30 STRETCHING	20:00 - 20:45 MEDIO	20:00 - 20:30 CICLO VIRTUAL Sala 3	20:00 - 20:30 CORE	20:00 - 20:45 PILATES Sala 4	20:00 - 20:30 STRETCHING
			20:30 - 21:00 HIIT			20:00 - 20:45 FIT-BOX Sala 2	20:30 - 21:00 HIIT
						20:00 - 20:45 CICLO VIRTUAL Sala 3	20:00 - 20:30 STRETCHING
							18:00 - 18:30 HIIT
							18:00 - 18:45 A- TONO Sala 2



Este horario puede ser modificado con previo aviso de 24h. No obstante, se informará a los clientes de todas las modificaciones y cancelaciones.

Las actividades que se realicen en exterior dependerán de la climatología, si no es posible en exterior, se pasarán a una de las salas.

Para cualquier información adicional dirijase a recepción o envíe un e-mail a [centrodeportivodenia@fcc.es](mailto:centrodeportivodenia@fcc.es) o siguenos en **RRSS**

\*Las actividades realizadas dentro de la sala fitness no se incluyen en el abono de actividades.

\*Las actividades de agua solo se incluyen en el abono de agua.

\*Las actividades colectivas se reservarán mediante la APP, en caso de duda o superación de aforo se le enseñará la reserva al monitor.