

HORARIO DE ACTIVIDADES DIRIGIDAS - 7 NOVIEMBRE 2022

| INICIO | FIN | LUNES | MARTES | MIÉRCOLES | JUEVES | VIERNES | SABADO | DOMINGO |
|--------|-------|----------------|----------------|----------------|----------------|----------------|------------------------|------------------------|
| 7:00 | 7:45 | CICLO VIRTUAL | | CICLO VIRTUAL | | CICLO VIRTUAL | ABIERTO De 9 a 20 h | ABIERTO De 9 a 14 h |
| 7:30 | 8:15 | | CICLO VIRTUAL | | CICLO VIRTUAL | | | |
| 8:30 | 9:15 | CICLO VIRTUAL | | CICLO VIRTUAL | | CICLO VIRTUAL | | |
| 10:00 | 10:45 | CICLO VIRTUAL | CICLO INDOOR | CICLO VIRTUAL | CICLO INDOOR | CICLO VIRTUAL | | |
| 10:00 | 10:55 | BODYPUMP | | STRONG NATION | | GAP | | |
| 11:00 | 12:00 | PILATES | CROSS TRAINING | PILATES | CROSS TRAINING | ZUMBA | CICLO VIRTUAL | |
| 12:00 | 13:00 | | SIX PACK 15' | | SIX PACK 15' | | | |
| | | | | | | | | |
| 14:30 | 15:30 | CROSS TRAINING | | CROSS TRAINING | | CICLO VIRTUAL | | |
| 15:30 | 16:15 | CICLO VIRTUAL | CICLO VIRTUAL | CICLO VIRTUAL | CICLO VIRTUAL | CICLO VIRTUAL | | |
| | | | | | | | | |
| 18:00 | 18:55 | PILATES | GAP | COMBAT | ZUMBA | BODYPUMP | | |
| 18:15 | 19:00 | CICLO INDOOR | CICLO VIRTUAL | CICLO INDOOR | CICLO VIRTUAL | CICLO VIRTUAL | | |
| 18:30 | 19:30 | | CROSS TRAINING | | CROSS TRAINING | | | |
| 19:00 | 19:55 | COMBAT | STRONG NATION | BODYPUMP | | CROSS TRAINING | | |
| 19:15 | 20:00 | CICLO VIRTUAL | CICLO INDOOR | CICLO VIRTUAL | CICLO INDOOR | CICLO VIRTUAL | | |
| 19:30 | 20:30 | CROSS TRAINING | SIX PACK 15' | CROSS TRAINING | SIX PACK 15' | | | |
| 20:00 | 21:00 | BODYPUMP | ZUMBA | PILATES | GAP | SIX PACK 15' | | |
| 20:15 | 21:00 | CICLO VIRTUAL | | CICLO VIRTUAL | CICLO VIRTUAL | CICLO VIRTUAL | | |

* NO SE PODRÁ ACCEDER A LAS CLASES PASADOS 10 MIN DEL INICIO DE LA SESIÓN. QUO FITNESS SE RESERVA EL DERECHO A REALIZAR MODIFICACIONES DEL HORARIO.

* PARA ASISTIR A LAS CLASES DIRIGIDAS ES IMPRESCINDIBLE RESERVAR PLAZA PREVIAMENTE Y VALIDAR LA ASISTENCIA CON LA PULSERA AL ACCEDER A LA SALA

* EL HORARIO DE APERTURA DE LUNES A VIERNES ES DE 6 A 23 H.