

HORARIO DE ACTIVIDADES DIRIGIDAS - 10 ENERO 2022



MURCIA SUR

INICIO	FIN	LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES	SABADO	DOMINGO
7:30 SALA CICLO	8:15 SALA CICLO	CICLO INDOOR	CICLO VIRTUAL	CICLO INDOOR	CICLO VIRTUAL	CICLO VIRTUAL	ABIERTO de 9 a 20 h.	ABIERTO de 9 a 14 h.
9:30 SALA 1	10:30 SALA 1	BODYPUMP	PILATES	QUEMAGRASA	TOTAL TRAINING	PILATES		
9:30 SALA CICLO	10:15 SALA CICLO	CICLO INDOOR	CICLO VIRTUAL	CICLO INDOOR	CICLO INDOOR	CICLO INDOOR		
10:30	11:30	CROSS TRAINING INICIACION	ABDOMEN 20'	CROSS TRAINING INICIACION	ABDOMEN 20'			
10:30 SALA CICLO	11:15 SALA CICLO	CICLO VIRTUAL	CICLO VIRTUAL	CICLO VIRTUAL	CICLO VIRTUAL	CICLO VIRTUAL		
11:00 SALA CICLO	11:45 SALA CICLO						ESPECIAL CICLO MUSICA 80s & 90s SESION 90 MIN.	CICLO VIRTUAL
14:15 SALA CICLO	15:00 SALA CICLO	CICLO VIRTUAL	CICLO VIRTUAL	CICLO VIRTUAL	CICLO VIRTUAL	CICLO VIRTUAL		
18:00 SALA 1	18:45 SALA 1	QUEMAGRASA	TOTAL TRAINING	GAP	PILATES	TOTAL TRAINING		
18:15 SALA CICLO	19:00 SALA CICLO	CICLO INDOOR	CICLO VIRTUAL	CICLO INDOOR	CICLO VIRTUAL	CICLO VIRTUAL		
18:30 CROSS AREA	19:25 CROSS AREA	CROSS TRAINING		CROSS TRAINING				
19:00 SALA 1	19:45 SALA 1	BODYPUMP	GAP	BODYPUMP	QUEMAGRASA			
19:15 SALA CICLO	20:00 SALA CICLO	CICLO INDOOR	CICLO INDOOR	CICLO INDOOR	CICLO INDOOR	CICLO INDOOR		
19:30 CROSS AREA	20:30 CROSS AREA	CROSS TRAINING	CROSS TRAINING INICIACION	CROSS TRAINING	CROSS TRAINING	CROSS TRAINING		
20:00 SALA 1	20:45 SALA 1	ZUMBA	PILATES	ZUMBA	BODYPUMP			
20:15 SALA CICLO	21:00 SALA CICLO	CICLO INDOOR	CICLO INDOOR	CICLO INDOOR	CICLO INDOOR	CICLO VIRTUAL		
21:00 SALA 1	22:00 SALA 1	PILATES	ZUMBA		ZUMBA			
21:15 SALA CICLO	22:00 SALA CICLO	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.