

HORARIO DE ACTIVIDADES DIRIGIDAS - 23 ENERO 2023



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 VIRTUAL	CICLO INDOOR		
9:30 CROSS AREA	10:30 CROSS AREA		CROSS TRAINING			CROSS TRAINING		
10:30 SALA CICLO	11:15 SALA CICLO	CICLO VIRTUAL	ABDOMEN 20'	CICLO VIRTUAL	ABDOMEN 20'	CICLO VIRTUAL		
11:00 SALA CICLO	11:45 SALA CICLO						CICLO INDOOR	CICLO VIRTUAL
14:15 SALA CICLO	15:00 SALA CICLO	CICLO VIRTUAL	CICLO VIRTUAL	CICLO VIRTUAL	CICLO VIRTUAL	CICLO VIRTUAL		
18:00 SALA 1	19:00 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	20:00 SALA 1	BODYPUMP	GAP	BODYPUMP	GLUTEO 10			
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	CROSS TRAINING		CROSS TRAINING		
20:00 SALA 1	21:00 SALA 1	ZUMBA	PILATES	ZUMBA	FULLBODY			
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					
21:15 SALA CICLO	22:00 SALA CICLO	CICLO VIRTUAL		CICLO VIRTUAL				

* PARA ASISTIR A LAS CLASES DIRIGIDAS ES IMPRESCINDIBLE RESERVAR PLAZA PREVIAMENTE Y VALIDAR LA ASISTENCIA CON TU PULSERA AL INICIO DE LA SESION
 * NO SE PODRÁ ACCEDER A LA CLASE PASADOS 10 MIN DEL INICIO DE LA SESIÓN. QUO FITNESS SE RESERVA EL DERECHO A REALIZAR MODIFICACIONES EN EL HORARIO
 * DE LUNES A VIERNES NUESTRO HORARIO ES DE 7:00 A 23:00