Horarios

Actividades dirigidas

HORA	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
07:00	ESTIRAMIENTOS 07:00 - 07:30 Zona Funcional						
08:00			ESPALDA SANA 08:30 - 09:25 Sala 1				
09:00	B.BALANCE 09:30 - 10:25 Sala 1	YOGA 09:30 - 10:25 Sala 1	PILATES 09:30 - 10:25 Sala 1				
11:00	ESTIRAMIENTOS 11:30 - 12:15 Sala 1	ESTIRAMIENTOS 11:30 - 12:15 Sala 1	ESTIRAMIENTOS 11:30 - 12:15 Sala 1	ESTIRAMIENTOS 11:30 - 12:15 Sala 1	ESTIRAMIENTOS 11:30 - 12:15 Sala 1		
17:00	PILATES 17:30 - 18:25 Sala 1			YOGA 17:00 - 17:55 Sala 1			
18:00		YOGA 18:00 - 18:55 Sala 1					
19:00		B.BALANCE 19:00 - 19:55 Sala 1	PILATES 19:00 - 19:55 Sala 1				
21:00				ESTIRAMIENTOS 21:00 - 21:30 Sala 1			

COREOGRAFIAS CARDIOVASCULAR CUERPO Y MENTE FUERZA Y RESISTENCIA ALTO RENDIMIENTO
VIRTUAL CYCLING

Toda la Información
www.lowfit.com

Lowfit se reserva el derecho de cualquier modificación en el horario por motivos externos.