

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO
7:30 - 8:30		SPIN/WALK	EFG	SPIN/WALK		
9:00 - 9:30	CORE30	CORE30	CORE30		CORE30	
9:30 - 10:30	DUMBBELLS SPIN/WALK AQUAFIT	STEP TRX AQUAFIT	DUMBBELLS SPIN/WALK AQUAFIT	GAP RECHARGE AQUAFIT	DUMBBELLS SPIN/WALK AQUAFIT	SPIN/WALK 90
10:30 - 11:30	ZUMBA EFG PILATES 3	BODYJUMP SPIN/WALK RECHARGE	ZUMBA PILATES 3 EFG	BULERIAS SPIN/WALK	ZUMBA PILATES 3 WODCLASS	DUMBBELLS 11 HORAS
11:30 - 12:30	SPIN/WALK	AQUAFIT BULERIAS	SPIN/WALK	AQUAFIT	SPIN/WALK	
14:30 - 15:30	SPIN/WALK	15:00 CORE	SPIN/WALK	15:00 CORE		
15:30 - 16:30	DUMBBELLS	SPIN/WALK	EFG	SPIN/WALK		
16:30 - 17:30	CORE30	17:00 CORE30	SPIN/WALK	CORE30		
17:30 - 18:30	MANTENI. SPIN/WALK	BODYJUMP	MANTENIMIENTO	BODYJUMP	CORE30	
18:30 - 19:30	DUMBBELLS ZUMBA 2	PILATES WODCLASS	ZUMBA SPIN/WALK	DUMBBELLS PILATES 3 WODCLASS	SPIN/WALK	
19:30 - 20:30	SPIN/WALK BODYJUMP	B.STEP BULERIAS SPIN/WALK	DUMBBELLS	B.STEP SPIN/WALK	DUMBBELLS	
20:00 - 21:00	AQUAFIT	AQUAFIT	AQUAFIT	AQUAFIT	AQUAFIT	
20:30 - 21:30	RECHARGE CORE30	DUMBBELLS	SPIN/WALK RECHARGE	FIGHTTEAM B.SALON	YOGA B.SALÓN	
21:00 - 22:00	SPIN/WALK	EFG	CORE30	EFG		

Jerez
complejo deportivo *Sur*



CLASE ESTRELLA
La clase recomendada para esa franja horaria.
Sala 1



CLASE ALTERNATIVA.
Una alternativa a la clase estrella.
Sala 2 Y 3



CLASE XPRESS
Máximo rendimiento en solo 30 minutos
Sala 3 Y 5



CLASE ACUÁTICA
Disfruta de nuestra piscina terapéutica