

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO
7:30 - 8:30		CICLO	CROSS TRAINING	CICLO		
9:00 - 9:30	ABDOMEN	ABDOMEN	ABDOMEN		ABDOMEN	
9:30 - 10:30	DUMBBELLS CICLO AQUAFIT	STEP TRX AQUAFIT	DUMBBELLS CICLO AQUAFIT	GAP RECHARGE AQUAFIT	DUMBBELLS CICLO AQUAFIT	SPIN/WALK 90
10:30 - 11:30	ZUMBA CROSS TRAINING PILATES 3	CICLO RECHARGE	ZUMBA PILATES 3 CROSS TRAINING	CICLO	ZUMBA PILATES 3 E. FUNCIONAL	DUMBBELLS 11 HORAS
11:30 - 12:30	CICLO	AQUAFIT	CICLO	AQUAFIT	CICLO	
14:30 - 15:30	CICLO	15:00 ABDOMEN	CICLO	15:00 ABDOMEN		
15:30 - 16:30	DUMBBELLS	CICLO	CROSS TRAINING	CICLO		
16:30 - 17:30	ABDOMEN	17:00 ABDOMEN	CICLO	ABDOMEN		
17:30 - 18:30	ENFORMA CICLO	BODYJUMP	ENFORMA	BODYJUMP	ABDOMEN	
18:30 - 19:30	DUMBBELLS ZUMBA 2 CLUB DEL CORREDOR	PILATES E. FUNCIONAL	ZUMBA CICLO CLUB DEL CORREDOR	DUMBBELLS PILATES 3 E. FUNCIONAL	CICLO	
19:30 - 20:30	CICLO BODYJUMP	B.STEP CICLO	DUMBBELLS	B.STEP CICLO	DUMBBELLS	
20:00 - 21:00	AQUAFIT	AQUAFIT	AQUAFIT	AQUAFIT	AQUAFIT	
20:30 - 21:30	RECHARGE ABDOMEN	DUMBBELLS	CICLO RECHARGE	FIGHTTEAM B.SALON	YOGA B.SALÓN	
21:00 - 22:00	CICLO	CROSS TRAINING	ABDOMEN			

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