

HORARIO DE CLASES DIRIGIDAS - Desde el 20 de septiembre.

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
08:00 - 08:50	CROSS-CORE	POWER	*SPINNING	GAP	BODY WORK		
09:00 - 09:50	*SPINNING	BODY WORK	GAP	CROSS-CORE	AEROLATINO		
10:00 - 10:50	*STRETCHING	AEROLATINO	*STRETCHING TRX-CORE	*SPINNING	POWER	AEROLATINO	INTERVAL TRAINING
11:00 - 11:50	POWER	*PILATES	ESPALDA SANA	*PILATES	*STRETCHING	*SPINNING	*SPINNING
12:00 - 12:50	*YOGA	*STRETCHING	TECNIFICACIÓN SALA	*STRETCHING	GAP		
16:00 - 16:50	INTERVAL TRAINING	CROSS-CORE	COMBO	GAP	POWER		
17:00 - 17:50	COMBO	*PILATES	GAP	*PILATES	CROSS-CORE		
18:00 - 18:50	BODY WORK	GAP	CROSS-CORE	COMBO	GAP		
19:00 - 19:50	POWER	COMBAT	*SPINNING	HIIT	*SPINNING		
19:30 - 20:30		RUNNING		RUNNING			
20:00 - 20:50	STEP	TRX-CORE	AERODANCE	POWER	AERODANCE		
21:00 - 21:50	*SPINNING	POWER	*SPINNING	*YOGA			

*** RESERVA PREVIA:**

Aquellas clases que tengan un * requieren reserva previa en el día o en la víspera. Excluyendo las clases del fin de semana cuya reserva se realizará en el mismo día.

No pudiendo tener simultáneamente 2 reservas a la vez.

Dicha reserva se podrá realizar por teléfono o en recepción.

El máximo de reserva por persona será de 2 plazas.



CLUB DEPORTIVO
Agustinos
SANTANDER