



TRX®

SUSPENSION TRAINING

HORARIOS

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO
6:00 AM						
7:00 AM						
8:00 AM		MARTHA		MARTHA	MARTHA	
9:00 AM	PATY	CARLOS	PATY	CARLOS	ALEJANDRA	
10:00 AM						CLÍNICA/MARTHA
5:00 PM						
6:00 PM	ALEJANDRA	CINTHIA	CINTHIA	ALEJANDRA	MARTHA	
7:00 PM	EDGAR	ESTEFANIA	EDGAR	ESTEFANIA		
8:00 PM						
9:00 PM						

REMO

HORARIOS

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
6:00 AM	OSCAR	OSCAR		OSCAR	
7:00 AM					
8:00 AM					
9:00 AM		ALEJANDRA		ALEJANDRA	ALEJANDRA
10:00 AM					
5:00 PM					
6:00 PM	OSCAR	ALEJANDRA	OSCAR	OSCAR	
7:00 PM	MARYSOL	MARYSOL	ALEJANDRA	ALEJANDRA	
8:00 PM					
9:00 PM					

USOS

MULTIPLES

HORARIOS

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
6:00 AM					
7:00 AM	YOGA	YOGA	YOGA	YOGA	YOGA
8:00 AM	POWER JUMP	RITMO FITNESS	BODY COMBAT	RITMO FITNESS	RITMO FITNESS
9:00 AM	ABS PILATES	BODY PUMP	ABS PILATES	BODY PUMP	ABS PILATES
10:00 AM					
5:00 PM			RITMO FITNESS		
6:00 PM	BODY PUMP	ZUMBA	BODY PUMP	ZUMBA	RITMO FITNESS
7:00 PM	BODY COMBAT	POWER JUMP	BODY COMBAT	POWER JUMP	ABS PILATES
8:00 PM	ABS PILATES	BODY PUMP	ABS PILATES	BODY PUMP	
9:00 PM	YOGA	YOGA	YOGA	YOGA	

SPINNING

HORARIOS

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
6:00 AM					
7:00 AM					
8:00 AM	EDITH	EDITH	EDITH	EDITH	EDITH
9:00 AM					
10:00 AM					
5:00 PM	HECTOR	HECTOR	HECTOR	HECTOR	HECTOR
6:00 PM	MARYSOL	MARYSOL	CAMILO	MARYSOL	MARYSOL
7:00 PM	ANTONIO	ANTONIO	ANTONIO	ANTONIO	
8:00 PM					
9:00 PM					

PILATES

REFORMER

HORARIOS

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
6:00 AM					
7:00 AM	MARTHA	MARTHA	MARTHA	MARTHA	MARTHA
8:00 AM					
9:00 AM	JULIETA	MIRIAM	JULIETA	MIRIAM	MIRIAM
10:00 AM					
5:00 PM	MARTHA	MARTHA	MARTHA	MARTHA	
6:00 PM	VERO	VERO	VERO	VERO	VERO
7:00 PM	JULIETA	JULIETA	JULIETA	JULIETA	JULIETA
8:00 PM	ALEJANDRA	ALEJANDRA	VERO		
9:00 PM					

CROSSBOX

HORARIOS

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
6:00 AM	MIGUEL	MIGUEL	MIGUEL	MIGUEL	MIGUEL
7:00 AM	MIGUEL	MIGUEL	MIGUEL	MIGUEL	MIGUEL
8:00 AM	MIGUEL	MIGUEL	MIGUEL	MIGUEL	MIGUEL
9:00 AM	AURI	AURI	AURI	AURI	AURI
10:00 AM	MIGUEL	MIGUEL	MIGUEL	MIGUEL	MIGUEL
5:00 PM					
6:00 PM	ESTEFANIA	HECTOR	ESTEFANIA	ESTEFANIA	ESTEFANIA
7:00 PM	ESTEFANIA	HECTOR	ESTEFANIA	AURI	AURI
8:00 PM	RICARDO	RICARDO	RICARDO	RICARDO	
9:00 PM					