

# HORARIOS IXTAPALUCA

OTOÑO 2024



■ enersize / e-dance

■ ener-relaxation

■ ener-cycling

■ alberca

★ clase nueva

90 min clase de 90 min

🕒	LUN	MAR	MIE	JUE	VIE	SAB	DOM	🕒
6:00-7:00								6:00-7:00
7:00-8:00	YOGA RESTAURATIVO		YOGA FLEX					7:00-8:00
8:00-9:00	STEP 1	KILLER ABS	FUSION BEAT	ENER POWER	TIMBA ★			8:00-9:00
9:00-10:00	BLAST	DANCE CALIENTE	EVEREST	SALSA CUBANA ★	STEP 2 EVEREST	CYCLE HIIT		9:00-10:00
9:15-10:15	AQUA FITNESS		AQUA FITNESS					9:15-10:15
10:00-11:00		KUNDALINI <sup>90 min</sup>		KUNDALINI <sup>90 min</sup>	E TUMBLING	DANCE CALIENTE		11:00-12:00
10:15-11:15						AQUA FITNESS		10:15-11:15
11:00-12:00								11:00-12:00
14:00-15:00								14:00-15:00
15:00-16:00								15:00-16:00
17:00-18:00	AQUA FITNESS							17:00-18:00
17:30-18:30								17:30-18:30
18:00-19:00	STEP 1	BELLY DANCE ★	SASSY SASS	SALSA CUBANA ★				18:00-19:00
19:00-20:00	DANCE CALIENTE	EVEREST	STRONG FLOW	BLAST	TIMBA ★			19:00-20:00
20:00-21:00	SASSY SASS	KUNDALINI <sup>90 min</sup>	SALSA RUEDA CASINO	KUNDALINI <sup>90 min</sup>				20:00-21:00
21:00-22:00								21:00-22:00
22:00-23:00								22:00-23:00
🕒	LUN	MAR	MIE	JUE	VIE	SAB	DOM	🕒