

# HORARIOS MUNDO E

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		CYCLE HIIT ★	TERMINATOR ★	CYCLE HIIT ★	E TABATA ★			7:00-8:00
8:00-9:00	PARTY CYCLE ★	STEP	BLAST	HIIT MANIA ★	PARTY CYCLE ★			8:00-9:00
9:00-10:00	DANCE CALIENTE 60 min	DANCE CALIENTE ★	DANCE CALIENTE	DANCE CALIENTE	DANCE CALIENTE	DANCE CALIENTE		9:00-10:00
10:00-11:00	YOGA RESTAURATIVO	YOGA OFF THE WALL 90 min ★	PILATES ★	HATHA YOGA 90 min	YOGA RESTAURATIVO 90 min	BLAST ★	YOGA RESTAURATIVO 60 min	10:00-11:00
10:30-11:30	AQUA FITNESS		AQUA FITNESS ★		AQUA FITNESS			10:30-11:30
11:30-12:30		BARRE ★		POUND ★				12:00-13:00
13:00-14:00								13:00-14:00
14:00-15:00								14:00-15:00
15:00-16:00								15:00-16:00
16:00-17:00								16:00-17:00
17:00-18:00								17:00-18:00
18:00-19:00	PILATES		YOGA OFF THE WALL 60 min					18:00-19:00
19:00-20:00	BLAST ★	DANCE CALIENTE	BLAST ★	DANCE CALIENTE	CYCLE HIIT ★			19:00-20:00
20:00-21:00	E TABATA ★	TERMINATOR ★	SPORT CONDITIONING	E TABATA ★	POUND			20:00-21:00
21:00-22:00		VINYASA YOGA 60 min		HATHA YOGA				21:00-22:00
22:00-23:00								22:00-23:00
🕒	LUN	MAR	MIE	JUE	VIE	SAB	DOM	🕒