

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

9:30 **HIIT**

9:30 **GAP**

9:30 **Tono Fit**

9:30 **WORKOUT
FUNCIONAL**

18:00 **GAP**

18:00 **CORE 30**

18:00 **WORKOUT
FUNCIONAL**

18:00 **HIIT**

18:45 **ZUMBA**

18:30 **X BOX**

18:45 **GAP**

18:45 **Tono Fit**

18:30 **WORKOUT
TREN SUP**

19:30 **WORKOUT
FUNCIONAL**

19:15 **Tono Fit**

19:30 **CICLO X**

19:30 **ZUMBA**

19:15 **GAP**

20:15 **CORE 30**

20:00 **STRECH 30**

20:30 **CORE 30**

20:15 **GAP**

LUNES A VIERNES DE 7:00 A 22:00

SÁBADOS Y DOMINGOS DE 10:00 A 15:00

CICLO VIRTUAL • LUNES A VIERNES DE 7:30 A 21:15 • SÁBADOS Y DOMINGOS DE 10:30 A 14:15

- **CUERPO Y MENTE** • **CARDIOVASCULAR**
- **TONIFICACIÓN** • **ALTA INTENSIDAD**

X FITNESS
LAS ROZAS