

|       | LUNES  | MARTES   | MIÉRCOLES  | JUEVES   | VIERNES  | SÁBADO   |
|-------|--|--|--|--|--|--|
| 7.00  | 07:30<br>08:15<br>BEST CYCLING   | 07:45<br>08:05<br>Xpress sala  | 07:30<br>08:15<br>BEST CYCLING   | 07:45<br>08:05<br>Xpress sala  |  |  |
| 9.00  | 09:15<br>10:00<br>PILATES  | 09:15<br>10:00<br>GBIKE<br>09:30<br>10:30<br>BOXEO   | 09:15<br>10:00<br>ZUMBA  | 09:15<br>10:00<br>GENERGY<br>09:30<br>10:30<br>BOXEO   | 09:15<br>10:00<br>GAP  |  |
| 10.00 | 10:00<br>10:45<br>GENERGY<br>10:45<br>11:30<br>ZUMBA   | 10:00<br>10:45<br>GBOX<br>10:30<br>11:30<br>BOXEO<br>10:45<br>11:05<br>Hipopresivos 20                   | 10:00<br>10:45<br>GBODY<br>10:45<br>11:30<br>GMIND   | 10:00<br>10:45<br>GBOX<br>10:30<br>11:30<br>BOXEO<br>10:45<br>11:05<br>Espalda sana 20                         | 10:00<br>10:45<br>ZUMBA<br>10:45<br>11:30<br>PILATES                       |  |
| 11.00 | 11:30<br>11:50<br>Xpress sala  | 11:10<br>11:30<br>GCORE  | 11:30<br>11:50<br>Suspension training 20   | 11:30<br>12:15<br>BEST CYCLING   |  | 11:00<br>11:45<br>GENERGY<br>11:00<br>12:00<br>BOXEO |
| 12.00 |  |  |  |  |  | 12:00<br>12:45<br>PILATES                            |
| 13.00 | 13:30<br>14:30<br>BOXEO  |  | 13:30<br>14:30<br>BOXEO  |  |  |  |
| 14.00 | 14:30<br>15:30<br>BOXEO<br>14:30<br>15:15<br>GBODY   | 14:30<br>15:15<br>GBOX   | 14:30<br>15:15<br>GBIKE<br>14:30<br>15:30<br>BOXEO   | 14:30<br>15:15<br>ZUMBA  | 14:30<br>15:15<br>GMIND  |  |
| 15.00 | 15:15<br>15:35<br>GCORE  | 15:15<br>15:30<br>Espalda sana 20  | 15:15<br>15:35<br>Hipopresivos 20  | 15:15<br>15:35<br>Suspension training 20   | 15:15<br>16:00<br>BEST CYCLING   |  |
| 17.00 | 17:30<br>17:50<br>Hipopresivos 20  | 17:30<br>17:50<br>Suspension training 20   | 17:30<br>17:50<br>Espalda sana 20  | 17:30<br>17:50<br>GCORE  | 17:30<br>17:50<br>Hipopresivos 20  |  |
| 18.00 | 18:00<br>18:45<br>ZUMBA<br>18:30<br>18:50<br>Xpress sala<br>18:30<br>19:30<br>BOXEO<br>18:45<br>19:30<br>GBODY | 18:00<br>18:45<br>GMIND<br>18:30<br>19:15<br>GBIKE<br>18:30<br>19:30<br>BOXEO<br>18:45<br>19:30<br>ZUMBA | 18:00<br>18:45<br>GBODY<br>18:30<br>19:30<br>BOXEO<br>18:30<br>18:50<br>Xpress sala<br>18:45<br>19:05<br>Hipopresivos 20 | 18:00<br>18:45<br>BEST CYCLING<br>18:30<br>19:15<br>GFUNCIONAL<br>18:45<br>19:30<br>GAP                        | 18:00<br>18:45<br>GENERGY<br>18:45<br>19:30<br>PILATES                     |  |
| 19.00 | 19:15<br>20:00<br>GBIKE<br>19:30<br>20:15<br>PILATES<br>19:30<br>20:00<br>BOXEO                                | 19:15<br>20:00<br>BEST CYCLING<br>19:30<br>20:30<br>BOXEO<br>19:30<br>20:15<br>GAP                       | 19:15<br>20:00<br>GBIKE<br>19:30<br>20:30<br>BOXEO<br>19:30<br>20:15<br>ZUMBA  | 19:15<br>20:15<br>G-RUN<br>19:30<br>20:15<br>GBOX<br>19:30<br>20:30<br>BOXEO                                   | 19:30<br>20:15<br>GBIKE  |  |
| 20.00 | 20:00<br>20:20<br>Xpress sala<br>20:15<br>21:00<br>GBOX<br>20:30<br>21:15<br>GBIKE<br>20:30<br>21:30<br>BOXEO  | 20:00<br>20:45<br>GBIKE<br>20:15<br>21:00<br>GBODY<br>20:45<br>21:30<br>GFUNCIONAL                       | 20:00<br>20:20<br>Xpress sala<br>20:15<br>21:00<br>PILATES<br>20:30<br>20:50<br>GCORE<br>20:30<br>21:30<br>BOXEO         | 20:00<br>20:45<br>GBIKE<br>20:15<br>21:00<br>ZUMBA<br>20:30<br>20:50<br>Xpress sala<br>20:30<br>21:30<br>BOXEO | 20:15<br>20:35<br>Suspension training 20<br>20:30<br>21:15<br>BEST CYCLING |  |
| 21.00 | 21:00<br>21:30<br>GAP  | 21:00<br>21:45<br>PILATES  | 21:00<br>21:45<br>GBOX   | 21:00<br>21:20<br>Hipopresivos 20  |  |  |

MY ALTAFIT

ÁREA  
PERSONAL  
DE CLIENTE  
RESERVA DE CLASES

ALTAFIT  
PASAPORTE  
BUSCA TU CLUB

ENTRENA EN  
CUALQUIERA\*  
DE NUESTROS  
GIMNASIOS  
SIN COSTE ADICIONAL

\*El servicio está regulado según las  
normas de cada Club. Válido para todos  
los clubs Altafit de España

SIENTE  
LA LLAMADA del...



TERRITORIO  
ALTAFIT

1. La duración de las actividades dirigidas será de 45 minutos
2. Es necesario seguir la Normativa de Actividades Dirigidas expuesta en la entrada de las salas de actividades.
3. Por razones objetivas este horario podrá ser modificado, siendo comunicado con la mayor antelación posible a los socios del club