

|       | LUNES                                                                                            | MARTES                                                                                                     | MIÉRCOLES                                                                                 | JUEVES                                                                 | VIERNES                                                      | SÁBADO                      |
|-------|--------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------|-----------------------------|
| 7.00  | 07:15<br>08:00 <b>GBIKE</b>                                                                      | 07:15<br>08:00 <b>GBODY</b>                                                                                | 07:15<br>08:00 <b>GBIKE</b>                                                               |                                                                        | 07:15<br>08:00 <b>GBIKE</b>                                  |                             |
| 8.00  | 08:15<br>08:30 <b>GCORE</b><br>08:15<br>08:30 <b>GCORE</b>                                       | 08:15<br>08:30 <b>G-FLEX</b>                                                                               | 08:15<br>08:30 <b>GCORE</b>                                                               | 08:15<br>08:30 <b>G-FLEX</b>                                           | 08:15<br>08:30 <b>GCORE</b>                                  |                             |
| 9.00  | 09:00<br>09:30 <b>GHIIT</b><br>09:30<br>10:15 <b>ZUMBA</b><br>09:30<br>10:15 <b>BEST CYCLING</b> | 09:00<br>09:30 <b>Etto-suspensión</b><br>09:30<br>10:15 <b>BEST CYCLING</b>                                | 09:30<br>10:15 <b>BEST CYCLING</b>                                                        | 09:30<br>10:15 <b>YOGA</b>                                             | 09:00<br>09:30 <b>GHIIT</b><br>09:30<br>10:15 <b>PILATES</b> |                             |
| 10.00 | 10:30<br>11:15 <b>PILATES</b>                                                                    | 10:30<br>11:15 <b>YOGA</b>                                                                                 | 10:30<br>11:15 <b>PILATES</b>                                                             | 10:30<br>11:15 <b>GBOX</b>                                             | 10:30<br>11:15 <b>ZUMBA</b>                                  |                             |
| 11.00 | 11:30<br>12:00 <b>Etto-suspensión</b>                                                            | 11:30<br>12:15 <b>GAP</b>                                                                                  | 11:30<br>12:00 <b>GENERGY</b>                                                             | 11:30<br>12:15 <b>GBODY</b>                                            |                                                              | 11:00<br>11:45 <b>GBODY</b> |
| 12.00 |                                                                                                  |                                                                                                            |                                                                                           |                                                                        |                                                              | 12:00<br>12:45 <b>GBIKE</b> |
| 13.00 | 13:45<br>14:00 <b>GCORE</b>                                                                      | 13:15<br>14:00 <b>GBODY</b>                                                                                | 13:45<br>14:00 <b>GCORE</b>                                                               | 13:15<br>14:00 <b>GAP</b>                                              | 13:45<br>14:00 <b>GCORE</b>                                  |                             |
| 14.00 | 14:15<br>15:00 <b>GBOX</b><br>14:15<br>15:00 <b>GBIKE</b>                                        | 14:15<br>15:00 <b>ZUMBA</b><br>14:15<br>14:45 <b>Etto-suspensión</b><br>14:15<br>15:00 <b>BEST CYCLING</b> | 14:15<br>14:45 <b>GHIIT</b><br>14:15<br>15:00 <b>GBIKE</b>                                | 14:15<br>15:00 <b>G-RUN</b><br>14:15<br>15:00 <b>GBODY</b>             | 14:15<br>15:00 <b>PILATES</b>                                |                             |
| 15.00 | 15:15<br>16:00 <b>PILATES</b>                                                                    |                                                                                                            | 15:15<br>16:00 <b>ZUMBA</b>                                                               |                                                                        |                                                              |                             |
| 17.00 |                                                                                                  |                                                                                                            | 17:30<br>18:15 <b>BEST CYCLING</b>                                                        | 17:30<br>18:15 <b>BEST CYCLING</b>                                     |                                                              |                             |
| 18.00 | 18:00<br>18:45 <b>GBODY</b><br>18:00<br>18:45 <b>BEST CYCLING</b>                                | 18:00<br>18:45 <b>GAP</b><br>18:30<br>19:00 <b>Etto-suspensión</b>                                         | 18:30<br>19:15 <b>GBOX</b>                                                                | 18:30<br>19:15 <b>PILATES</b><br>18:30<br>19:00 <b>Etto-suspensión</b> | 18:00<br>18:45 <b>ZUMBA</b>                                  |                             |
| 19.00 | 19:00<br>19:45 <b>ZUMBA</b><br>19:15<br>20:00 <b>GBIKE</b>                                       | 19:00<br>19:45 <b>PILATES</b><br>19:15<br>20:00 <b>GBIKE</b>                                               | 19:00<br>19:45 <b>GBIKE</b><br>19:15<br>19:45 <b>GHIIT</b><br>19:30<br>20:15 <b>ZUMBA</b> | 19:00<br>19:45 <b>GBIKE</b><br>19:30<br>20:15 <b>Step-gap</b>          | 19:00<br>19:45 <b>GBODY</b>                                  |                             |
| 20.00 | 20:00<br>20:45 <b>GBOX</b><br>20:15<br>21:00 <b>GBIKE</b><br>20:30<br>21:15 <b>GCROSS</b>        | 20:00<br>20:45 <b>Tono</b><br>20:00<br>20:45 <b>G-RUN</b><br>20:15<br>21:00 <b>GBIKE</b>                   | 20:00<br>20:15 <b>GCORE</b><br>20:00<br>20:45 <b>GBIKE</b><br>20:30<br>21:15 <b>GBODY</b> | 20:00<br>20:30 <b>GHIIT</b><br>20:30<br>21:15 <b>YOGA</b>              | 20:00<br>20:45 <b>GBIKE</b>                                  |                             |
| 21.00 |                                                                                                  | 21:00<br>21:45 <b>YOGA</b>                                                                                 | 21:00<br>21:45 <b>BEST CYCLING</b>                                                        | 21:00<br>21:15 <b>GCORE</b>                                            |                                                              |                             |

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