



ENERO Y FEBRERO

VERANO 2019

HORARIOS FUNCIONAL

SALA DE MUSCULACIÓN

Lunes a Viernes de 07.00 a 14.00hs.
y de 17.00 a 21.00hs.
Sábados de 9.30 a 12.30hs.

EL GIMNASIO CUENTA CON PROFESOR DE

Lunes a Viernes de 07.00 a 14.00hs.
y de 17.00 a 21.00hs.
Sábados de 9.30 a 12.30hs.

HORARIO	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO
08.00 - 09.00	FUNCIONAL FÚTBOL*		FUNCIONAL FÚTBOL*			
08.30 - 09.30	EXTREME-GYM	ZUMBA	EXTREME-GYM	ZUMBA	EXTREME-GYM	
	INDOOR CYCLING	INDOOR CYCLING	INDOOR CYCLING	INDOOR CYCLING	INDOOR CYCLING	
		FUNCIONAL		FUNCIONAL		
09.30 - 10.30	ZUMBA	FLEXIBILIDAD	ZUMBA	FLEXIBILIDAD	ZUMBA	
10.30 - 11.30						FLEXIBILIDAD
11.00 - 12.00						40' SPINNING + 25' FUNCIONAL
13.00 - 14.00	FUNCIONAL	FUNCIONAL	FUNCIONAL	FUNCIONAL	FUNCIONAL	
		INDOOR CYCLING		INDOOR CYCLING		
18.00 - 18.25	25' FULL ABS	25' FULL ABS	25' FULL ABS	25' FULL ABS	25' FULL ABS	
18.30 - 19.30	FULL GAP	INDOOR CYCLING	FULL GAP	INDOOR CYCLING	FULL GAP	
		JUMP		JUMP		
19.30 - 20.30	INDOOR CYCLING	FUNCIONAL BOX	INDOOR CYCLING	FUNCIONAL BOX	INDOOR CYCLING	
	FUNCIONAL		FUNCIONAL			

*Clases no incluidas en el abono mensual de FSI. Consultar sus precios en recepción.