





























# HORARIO ACTIVIDADES OCTUBRE 2012

LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
1 <b>AEROBIC</b> 	2 <b>BODYPUMP</b> 	3 <b>STEP</b> 	4 <b>G.A.P.</b> 	5 <b>CARDIO FIT</b> 
8 <b>AEROBOX</b> 	9 <b>P.E.B.</b> (pecho/espalda/brazos) 	10 <b>QUEMAGRASA</b> 	11 <b>CARDIO PARTY</b> 	12 <b>CERRADO</b> <b>FIESTA DEL PILAR</b>
15 <b>AERO IMPLEMETOS</b>  	16 <b>FITNESS MILITAR</b>  	17 <b>STEP+ PESAS</b>  	18 <b>TONFIICACION</b> 	19 <b>CARDIO FIT</b>  
22 <b>STEP LATINO</b> 	23 <b>TONIFICACION BANDAS</b> 	24 <b>FIT BALL</b>  	25 <b>CARDIO MATRIX</b> 	26 <b>G.A.P.</b> 
29 <b>BODYPUMP</b> 	30 <b>CARDIO FIT</b>  	31 <b>AEROBOX</b> 	<b>HORARIO DE PILATES</b> <b>LUNES Y MIERCOLES 16:15 A 17:15</b> <b>MARTES Y JUEVES 11:00 A 12:00</b> (DURANTE ESTAS HORAS EL GIMNASIO PERMANECERA CERRADO HASTA ACABAR LA CLASE)	

## CICLO INDOOR



LUNES	MARTES	MIERCOL.	JUEVES	VIERNES
9:30		9:30		9:15
	16:00		16:00	15:15
19:30	19:30	19:30	19:30	

### IMPORTANTE:

- Por razones de higiene traer toalla
- Las clases se realizaran con un minimo de 3 personas
- Las bicicletas se ocuparan por orden de llegada .