



	LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES	SABADO	DOMINGO
7:00	TROGLODITAS	TROGLODITAS	TROGLODITAS	TROGLODITAS			
9:00	VIDEO SPIN	CICLO INDOOR	VIDEO SPIN	CICLO INDOOR			
10:00	BODY POWER	ZUMBA SPORT	ENTRENAMIENTO FUNCIONAL	ZUMBA SPORT	CICLO INDOOR		
	PILATES (2)	YOGA (4)	PILATES (2)	YOGA (4)			
	PILATES(8)	ZUMBA (15) SPORT	PILATES (8)	ZUMBA (15) SPORT			
	YOGA +65 (5)		YOGA +65 (5)				
11:00	PILATES	TRX	YOGA	TRX	AQUAFIT		
	AQUAFIT	AQUAFIT	AQUAFIT	AQUAFIT			
	YOGA +65 (2)	PILATES	YOGA +65 (2)	PILATES			
						DESCANSAR	DESCANSAR
14:30	CICLO INDOOR	VIDEO SPIN	CICLO INDOOR	HIIT	VIDEO SPIN		
	NADAPLAN	HIIT	NADAPLAN	NADAPLAN	NADAPLAN		
		NADAPLAN					
17:00	VIDEO SPIN	VIDEO SPIN	VIDEO SPIN	VIDEO SPIN	VIDEO SPIN		
18:00	AERÓBIC	GAP	PILATES	GAP	MASTERCLASS		
	PILATES	CICLO INDOOR	PILATES (2)	GAP (20)			
	PILATES (2)	GAP (20)		ZUMBA (15) SPORT			
		ZUMBA (15) SPORT					
19:00	CICLO INDOOR	YOGA (4)	CICLO INDOOR	CICLO INDOOR	CICLO INDOOR		
	GAP	PILATES	BODY POWER	YOGA (4)			
	AQUABIKE	ZUMBA (5) SPORT	AQUABIKE	PILATES			
	ZUMBA (5) SPORT	PILATES	ZUMBA (5) SPORT	ZUMBA (5) SPORT			
	PILATES (5)	GAP-PILATES (4)	PILATES (5)	PILATES			
	PILATES (4)		PILATES (4)	GAP-PILATES (4)			
	PILATES		PILATES				
			YOGA (5) KUNDALINI				
20:00	CICLO INDOOR	CICLO INDOOR	CICLO INDOOR	ENTRENAMIENTO FUNCIONAL	ZUMBA SPORT		
	YOGA	TRX + STRETCHING	PILATES	AQUAFIT			
	7HIMRA SPORT	AQUAFIT	7HIMRA SPORT	VIDEO SPIN			
	AQUAFIT	YOGA (4)	AQUAFIT	YOGA (4)			
	ZUMBA (15) SPORT	PILATES (2)	ZUMBA (15) SPORT	PILATES (2)			
	PILATES	ZUMBA (5) SPORT	PILATES	ZUMBA (5) SPORT			
	PILATES (2)	GAP	PILATES (2)	GAP			
	ZUMBA SPORT		ZUMBA SPORT				
21:30	TROGLODITAS	TROGLODITAS	TROGLODITAS	TROGLODITAS			
22:30	DESCANSAR	DESCANSAR	DESCANSAR	DESCANSAR	DESCANSAR		

CLASES ACTIVÁTE

GRUPO CERRADO Y PLAZAS ACTIVÁTE

Entre parentesis (nº de plazas libres)

ABDOMINALES en 15 minutos

Clases de abdominales en sala de musculación:

Mañanas	Tardes
9:30	18:30
10:30	19:30
11:30	20:30
12:30	21:15

SÍGUENOS EN FACEBOOK Y ENTERATE DE CUAL SERÁ LA MASTERCLASS ESPECIAL DEL VIERNES



Piscina Termalia Sport (ciudad deportiva)
Camino Vereda de la Lobera s/n 28110
Tfn. 91 620 49 00 ext.4400

Centro Termalia Sport Algete(Joan Manuel Serrat)
Calle de Emilia Pardo Bazán, 7, 28110 Algete, Madrid
Tfn. 91 620 49 00 ext.4401