



HORARIO ACTIVIDADES DIRIGIDAS

VIVAGYM SAGRADA FAMILIA



FECHA INICIO: 04 / 09

INICIO	LUN	MAR	MIÉ	JUE	VIE	SÁB	DOM
7:00							
7:15	CYCLING E2 45'	BODYCOMBAT E1 45'	CYCLING E2 45'	BODYPUMP E1 45'			
7:15		CICLO VIRTUAL E2 45'		CICLO VIRTUAL E2 45'	CICLO VIRTUAL E2 45'		
8:15	CICLO VIRTUAL E2 45'	CICLO VIRTUAL E2 45'	CICLO VIRTUAL E2 45'	CICLO VIRTUAL E2 45'	CICLO VIRTUAL E2 45'		
9:15	PILATES E1 45'	BODYPUMP E1 45'	ZUMBA E1 45'	GAP E1 45'	CYCLING E2 45'		
9:15	CICLO VIRTUAL E2 45'	CICLO VIRTUAL E2 45'	CICLO VIRTUAL E2 45'	CICLO VIRTUAL E2 45'		CICLO VIRTUAL E2 45'	CICLO VIRTUAL E2 45'
10:15	BODYCOMBAT E1 45'	GAP E1 45'	BODYPUMP E1 45'	PILATES E1 45'	GAP E1 45'	BODYPUMP E1 45'	BODYCOMBAT E1 45'
10:15	CICLO VIRTUAL E2 45'	CICLO VIRTUAL E2 45'	CICLO VIRTUAL E2 45'	CICLO VIRTUAL E2 45'	CICLO VIRTUAL E2 45'		CICLO VIRTUAL E2 45'
11:15	BODYPUMP E1 45'	YOGA E1 45'	GAP E1 45'	BODYCOMBAT E1 45'	BODYPUMP E1 45'	CYCLING E2 45'	PILATES E1 45'
11:15	CICLO VIRTUAL E2 45'	CICLO VIRTUAL E2 45'	CICLO VIRTUAL E2 45'	CICLO VIRTUAL E2 45'	CICLO VIRTUAL E2 45'		CICLO VIRTUAL E2 45'
12:15	CICLO VIRTUAL E2 45'	CICLO VIRTUAL E2 45'	CICLO VIRTUAL E2 45'	CICLO VIRTUAL E2 45'	CICLO VIRTUAL E2 45'	CICLO VIRTUAL E2 45'	CICLO VIRTUAL E2 45'
12:30	ABS TOS 15'	ABS TOS 15'	ABS TOS 15'				
13:15	CICLO VIRTUAL E2 45'	CICLO VIRTUAL E2 45'	CICLO VIRTUAL E2 45'	CICLO VIRTUAL E2 45'	CICLO VIRTUAL E2 45'	CICLO VIRTUAL E2 45'	CICLO VIRTUAL E2 45'
14:00				ABS TOS 15'	ABS TOS 15'		
14:15	BODYPUMP E1 45'	ZUMBA E1 45'	GAP E1 45'	PILATES E1 45'	BODYPUMP E1 45'		
14:15	CICLO VIRTUAL E2 45'	CICLO VIRTUAL E2 45'	CICLO VIRTUAL E2 45'	CICLO VIRTUAL E2 45'	CICLO VIRTUAL E2 45'	CICLO VIRTUAL E2 45'	CICLO VIRTUAL E2 45'
15:15	CICLO VIRTUAL E2 45'	CICLO VIRTUAL E2 45'	CICLO VIRTUAL E2 45'	CICLO VIRTUAL E2 45'	CICLO VIRTUAL E2 45'		
16:15	CICLO VIRTUAL E2 45'	CICLO VIRTUAL E2 45'	CICLO VIRTUAL E2 45'	CICLO VIRTUAL E2 45'	CICLO VIRTUAL E2 45'		
17:00	YOGA E1 45'			ZUMBA E1 45'			
17:15		BODYCOMBAT E1 30'	GAP E1 30'				
17:15	CICLO VIRTUAL E2 45'	CICLO VIRTUAL E2 45'	CICLO VIRTUAL E2 45'	CICLO VIRTUAL E2 45'	CICLO VIRTUAL E2 45'	CICLO VIRTUAL E2 45'	CICLO VIRTUAL E2 45'
18:00	GAP E1 45'	PILATES E1 45'	BODYPUMP E1 45'	BODYCOMBAT E1 45'	ZUMBA E1 45'		
18:15	CICLO VIRTUAL E2 45'	CICLO VIRTUAL E2 45'	CICLO VIRTUAL E2 45'	CICLO VIRTUAL E2 45'	CICLO VIRTUAL E2 45'	CICLO VIRTUAL E2 45'	CICLO VIRTUAL E2 45'
18:30	POWERWOD TOS 30'	HYROXWOD TOS 30'	POWERWOD TOS 30'	HYROXWOD TOS 30'			
19:00	ZUMBA E1 45'	BODYPUMP E1 45'	PILATES E1 45'	BODYPUMP E1 45'	CYCLING E2 45'		
19:15	CYCLING E2 45'	CYCLING E2 45'	CYCLING E2 45'	CYCLING E2 45'		CICLO VIRTUAL E2 45'	CICLO VIRTUAL E2 45'
20:00	BODYPUMP E1 45'	ZUMBA E1 45'	BODYCOMBAT E1 45'	GAP E1 45'	BODYPUMP E1 45'		
20:15	HIT CYCLING E2 30'	HIT CYCLING E2 30'	HIT CYCLING E2 30'	HIT CYCLING E2 30'	CICLO VIRTUAL E2 45'		
20:30	HYROXWOD TOS 30'	POWERWOD TOS 30'	HYROXWOD TOS 30'	ABS TOS 15'	ABS TOS 15'		
21:00	BODYCOMBAT E1 45'	GAP E1 45'	BODYPUMP E1 45'	YOGA E1 45'			
21:00	CICLO VIRTUAL E2 45'	CICLO VIRTUAL E2 45'	CICLO VIRTUAL E2 45'	CICLO VIRTUAL E2 45'	CICLO VIRTUAL E2 45'		
22:00	CICLO VIRTUAL E2 45'	CICLO VIRTUAL E2 45'	CICLO VIRTUAL E2 45'	CICLO VIRTUAL E2 45'	CICLO VIRTUAL E2 45'		



Ven a entrenar
**CON QUIEN
QUIERAS**

SOLO CON
CUOTA IBERIA



HAZ EL CAMBIO
A TRAVÉS DE LA APP



Entrena en
+100 GYMS



RESERVA
TU CLASE
con antelación



NUTRICIÓN
PERSONALIZADA
y recetas

CLASES LESMILLS EN APP • ACCESO ILIMITADO
PLANES DE ENTRENAMIENTO EN APP

*Consulta condiciones en tu área de cliente.



MÁS INFO AQUÍ

- > VIVAGYM TIENE TODOS LOS DERECHOS RESERVADOS, Y SE RESERVA CUALQUIER MODIFICACIÓN DEL HORARIO POR MOTIVOS EXTERNOS.
- > USO OBLIGATORIO DE TOALLA.
- > NO SE PODRÁ ACCEDER A LA SALA UNA VEZ PASADOS LOS PRIMEROS 5 MIN.



CARDIO	CUERPO-MENTE
CICLO	BAILES
TONIFICACIÓN	FUNCIONAL
ABDOMINALES	CICLO VIRTUAL

RESERVA TU CLASE EN EL ÁREA DE CLIENTE EN WWW.VIVAGYM.ES O EN LA APP