# HORARIO ACTIVIDADES DIRIGIDAS

## VIVAGYM LA LAGUNA

FECHA INICIO: 21/04/2025

| | | | | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 6:30 | BODYPUMP | E1 45' | POWERWOD | TOS 45' | CYCLING | E3 30' | POWERWOD | TOS 45' | GAP | E1 45' | | | | |
| 7:15 | CICLO VIRTUAL | E3 30' | CICLO VIRTUAL | E3 45' | CICLO VIRTUAL | E3 45' | CICLO VIRTUAL | E3 45' | CICLO VIRTUAL | E3 45' | | | | |
| 8:00 | CYCLING | E3 45' | GAP | E1 45' | PILATES | E1 45' | BODYPUMP | E1 45' | BODYCOMBAT | E1 45' | | | | |
| 8:15 | CICLO VIRTUAL | E3 45' | CICLO VIRTUAL | E3 45' | CICLO VIRTUAL | E3 45' | CICLO VIRTUAL | E3 45' | CICLO VIRTUAL | E3 45' | CICLO VIRTUAL | E3 45' | | |
| 9:00 | BODYPUMP | E1 45' | ZUMBA | E2 45' | BODYCOMBAT | E1 45' | PILATES | E1 45' | BODYPUMP | E1 45' | | | | |
| 9:15 | CICLO VIRTUAL | E3 45' | CICLO VIRTUAL | E3 45' | CICLO VIRTUAL | E3 45' | CICLO VIRTUAL | E3 45' | CICLO VIRTUAL | E3 45' | CICLO VIRTUAL | E3 45' | CICLO VIRTUAL | E3 45' |
| 10:00 | PILATES | E1 45' | POWERWOD | TOS 45' | GAP | E1 45' | POWERWOD | TOS 45' | CYCLING | E3 45' | | | | |
| 10:15 | CICLO VIRTUAL | E3 45' | CICLO VIRTUAL | E3 45' | CICLO VIRTUAL | E3 45' | CICLO VIRTUAL | E3 45' | CICLO VIRTUAL | E3 45' | CICLO VIRTUAL | E3 45' | CICLO VIRTUAL | E3 45' |
| 11:00 | BODYCOMBAT | E1 45' | BODYPUMP | E1 45' | CYCLING | E3 45' | GAP | E1 45' | PILATES | E1 45' | | | | |
| 11:15 | CICLO VIRTUAL | E3 45' | CICLO VIRTUAL | E3 45' | CICLO VIRTUAL | E3 45' | CICLO VIRTUAL | E3 45' | CICLO VIRTUAL | E3 45' | CICLO VIRTUAL | E3 45' | CICLO VIRTUAL | E3 45' |
| 15:00 | POWERWOD | TOS 45' | POWERWOD | TOS 45' | POWERWOD | TOS 45' | POWERWOD | TOS 45' | CICLO VIRTUAL | E3 45' | | | | |
| 16:00 | PILATES | E1 45' | GAP | E1 45' | BODYCOMBAT | E1 45' | BODYPUMP | E1 45' | CICLO VIRTUAL | E2 45' | | | | |
| 16:15 | CICLO VIRTUAL | E3 45' | CICLO VIRTUAL | E3 45' | CICLO VIRTUAL | E3 45' | CICLO VIRTUAL | E3 45' | CICLO VIRTUAL | E3 45' | CICLO VIRTUAL | E3 45' | | |
| 17:00 | BODYPUMP | E1 45' | PILATES | E1 45' | GAP | E1 45' | BODYCOMBAT | E1 45' | GAP | E1 45' | | | | |
| 17:15 | CYCLING | E3 45' | CYCLING | E3 45' | CYCLING | E3 45' | CYCLING | E3 45' | CYCLING | E3 45' | CICLO VIRTUAL | E3 45' | | |
| 17:45 | POWERWOD | TOS 45' | POWERWOD | TOS 45' | POWERWOD | TOS 45' | POWERWOD | TOS 45' | POWERWOD | TOS 45' | | | | |
| 18:00 | BODYCOMBAT | E1 45' | BODYPUMP | E1 45' | ZUMBA | E1 45' | BODYPUMP | E1 45' | PILATES | E1 45' | | | | |
| 18:15 | CYCLING | E3 45' | CYCLING | E3 45' | CYCLING | E3 45' | CYCLING | E3 45' | CICLO VIRTUAL | E3 45' | CICLO VIRTUAL | E3 45' | | |
| 18:30 | ABS | TOS 15' | ABS | TOS 15' | ABS | TOS 15' | ABS | TOS 15' | | | | | | |
| 18:45 | POWERWOD | TOS 45' | POWERWOD | TOS 45' | POWERWOD | TOS 45' | POWERWOD | TOS 45' | | | | | | |
| 19:00 | PILATES | E1 45' | GAP | E1 45' | PILATES | E1 45' | ZUMBA | E1 45' | BODYPUMP | E1 45' | | | | |
| 19:15 | CICLO VIRTUAL | E3 45' | CICLO VIRTUAL | E3 45' | CICLO VIRTUAL | E3 45' | CICLO VIRTUAL | E3 45' | CICLO VIRTUAL | E3 45' | | | | |
| 19:45 | POWERWOD | TOS 45' | POWERWOD | TOS 45' | POWERWOD | TOS 45' | POWERWOD | TOS 45' | POWERWOD | TOS 45' | | | | |
| 20:00 | ZUMBA | E1 45' | BODYCOMBAT | E1 45' | BODYPUMP | E1 45' | CICLO VIRTUAL | E3 45' | ZUMBA | E1 45' | | | | |
| 21:00 | GAP | E1 45' | BODYPUMP | E1 45' | | | | | | | | | | |

*PROMOCIÓN NO VÁLIDA EN TODOS NUESTROS CLUBES. CONSULTA CONDICIONES DE LA PROMOCIÓN Y CLUBES ADHERIDOS EN BLOG.VIVAGYM.ES

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 | TONIFICACIÓN | FUNCIONAL |
| CICLO | BAILES | ABDOMINALES | CICLO VIRTUAL |

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