



HORARIO DE ACTIVIDADES

Irun-Letxumborro

LUNES

Actividad	🕒	📍
8:15 V-POWER	45min	1
8:15 YOGA	45 min	1
9:15 PILATES	45 min	1
9:15 CORE	15min	BOX
10:00 CORE	15min	BOX
10:15 V-CROSS	45 min	BOX
11:15 GAP	30min	1
13:30 JIU-JITSU	1 h	TATAMI
16:15 GAP	45min	1
17:15 VCROSS	45 min	BOX
17:30 PILATES	45 min	1
18:15 V-POWER	45min	1
18:30 CICLO INDOOR	45 min	3
19:30 CICLO INDOOR	45 min	3
19:30 JIU-JITSU	1 h	TATAMI
20:15 V-FIGHT	45min	1

MARTES

Actividad	🕒	📍
8:00 CICLO INDOOR	30 min	3
8:15 V-POWER	45min	1
9:15 STRETHING	45 min	1
9:15 CORE	15min	BOX
10:00 CORE	15min	BOX
10:15 V-CROSS	45 min	BOX
11:15 GAP	30min	1
16:15 GAP	45min	1
17:15 V-CROSS	45 min	BOX
17:30 STRETHING	45 min	1
18:15 V-BURN	45min	1
18:30 CICLO INDOOR	45 min	3
19:15 ZUMBA	45 min	1
19:30 CICLO INDOOR	45 min	3

MIÉRCOLES

Actividad	🕒	📍
8:00 CICLO INDOOR	45 min	3
8:15 V-POWER	45min	1
8:15 YOGA	45 min	1
9:15 PILATES	45 min	1
9:15 CORE	15min	BOX
10:00 CORE	15min	BOX
10:15 V-CROSS	45 min	BOX
11:15 GAP	30min	1
13:30 JIU-JITSU	1 h	TATAMI
16:15 GAP	45min	1
17:15 V-CROSS	45 min	BOX
17:30 PILATES	45 min	1
18:15 V-POWER	45min	1
18:30 CICLO INDOOR	45 min	3
19:15 DANCE	45 min	1
19:30 CICLO INDOOR	45 min	3
19:30 JIU-JITSU	1 h	TATAMI
20:15 V-FIGHT	30 min	1

JUEVES

Actividad	🕒	📍
8:00 CICLO INDOOR	45 min	3
8:15 V-POWER	45min	1
9:15 STRETHING	45 min	1
10:15 V-CROSS	45 min	BOX
11:15 GAP	30min	1
13:30 JIU-JITSU	1 h	TATAMI
16:15 GAP	45min	1
17:15 V-CROSS	45 min	BOX
17:30 STRETHING	45 min	1
18:15 V-BURN	45min	1
18:30 CICLO INDOOR	45 min	3
19:15 ZUMBA	45 min	1

VIERNES

Actividad	🕒	📍
8:00 CICLO INDOOR	45 min	3
9:15 YOGA	45 min	1
10:15 V-CROSS	45 min	BOX
11:15 GAP	30min	1
17:15 V-CROSS	45 min	BOX
18:15 GAP	45min	1
19:15 CICLO INDOOR	45 min	3

SABADO

Actividad	🕒	📍
9:30 V-POWER	45min	1
10:30 CICLO INDOOR	45 min	3

Posibilidad de leves cambios | Horario 100% actualizado siempre en nuestra App Sparta Sport Center | sat.sparta@vivagym.com