



HORARIO DE ACTIVIDADES SEPT 23 - MAYO 24

Jaca

LUNES

	Actividad	🕒	📍
9:30	BODY PUMP	45 min	1
10:15	CICLO INDOOR	45 min	3
10:15	CORE	15 min	BOX
11:00	CROSS TRAINING	45 min	BOX
11:00	CORE	15 min	BOX

MARTES

	Actividad	🕒	📍
9:30	ZUMBA	45 min	1
10:15	PILATES	45 min	1
10:15	CORE	15 min	BOX
11:00	GAP	45 min	1
11:00	CORE	15 min	BOX

MIÉRCOLES

	Actividad	🕒	📍
9:30	BODY PUMP	45 min	1
10:15	CICLO INDOOR	45 min	3
10:15	CORE	15 min	BOX
11:00	CROSS TRAINING	45 min	BOX
11:00	CORE	15 min	BOX

JUEVES

	Actividad	🕒	📍
9:30	ZUMBA	45 min	1
10:15	PILATES	45 min	1
10:15	CORE	15 min	BOX
11:00	GAP	45 min	1
11:00	CORE	15 min	BOX

VIERNES

	Actividad	🕒	📍
9:30	BODY PUMP	45 min	1
10:15	CICLO INDOOR	45 min	3
11:00	CORE	15 min	BOX

17:15			
18:00			
18:15	ZUMBA	45 min	1
19:00	CICLO INDOOR	45 min	3
19:00	PILATES	45 min	1
19:00	CORE	15 min	BOX
19:00			
19:45	CICLO INDOOR	45 min	3
19:45	CROSS TRAINING	45 min	BOX
19:45	CORE	15 min	BOX
20:30	BODY PUMP	45 min	1
20:30			
21:15	CORE	15 min	1

17:15	ARTE MARCIAL NIÑOS	45 min	T
18:00	KICK BOXING	1 hr	T
18:15	YOGA	45 min	1
19:00	CICLO INDOOR	45 min	3
19:00	ZUMBA	45 min	1
19:00	CORE	15 min	BOX
19:00	JIU JITSU	1 hr	T
19:45	CICLO INDOOR	45 min	3
19:45	BODY PUMP	45 min	1
19:45	CORE	15 min	BOX
20:30	GAP	45 min	1
20:30	CROSS TRAINING	45 min	BOX
21:15	CORE	15 min	BOX

17:15			
18:00			
18:15	ZUMBA	45 min	1
19:00	CICLO INDOOR	45 min	3
19:00	PILATES	45 min	1
19:00	CORE	15 min	BOX
19:00			
19:45	CICLO INDOOR	45 min	3
19:45	CROSS TRAINING	45 min	BOX
19:45	CORE	15 min	BOX
20:30	BODY PUMP	45 min	1
20:30			
21:15	CORE	15 min	1

17:15	ARTE MARCIAL NIÑOS	45 min	T
18:00	KICK BOXING	1 hr	T
18:15	YOGA	45 min	1
19:00	CICLO INDOOR	45 min	3
19:00	ZUMBA	45 min	1
19:00	CORE	15 min	BOX
19:00	JIU JITSU	1 hr	T
19:45	CICLO INDOOR	45 min	3
19:45	BODY PUMP	45 min	1
19:45	CORE	15 min	BOX
20:30	GAP	45 min	1
20:30	CROSS TRAINING	45 min	BOX
21:15	CORE	15 min	BOX

Posibilidad de leves cambios
Horario 100% actualizado siempre en
nuestra App Sparta Sport Center
jaca@spartasportcenter.com

LES MILLS

LES MILLS BODYATTACK

LES MILLS BODYBALANCE

LES MILLS BODYPUMP

LES MILLS BODYCOMBAT

TRX

ZUMBA