



HORARIO DE ACTIVIDADES SEPT 24 - MAYO 25

Oviedo

LUNES

Actividad	🕒	💡
9:00	CICLO INDOOR	45 min 3
9:45	YOGA	45 min 1
9:45	CORE	15 min SALA
10:30	BODY PUMP	45 min 1
10:30	BOXEO	45 min BOX
10:30	CORE	15 min SALA
11:15	PILATES	45 min 1
11:15	KICK BOXING	45 min BOX
11:15	CORE	15 min SALA

MARTES

Actividad	🕒	💡
9:00	ZUMBA	45 min 1
9:45	CICLO INDOOR	45 min 3
9:45	CORE	15 min SALA
10:30	GAP	45 min 1
10:30	CORE	15 min SALA
11:15	BODY BALANCE	45 min 1
11:15	CORE	15 min SALA

MIÉRCOLES

Actividad	🕒	💡
9:00	CICLO INDOOR	45 min 3
9:45	YOGA	45 min 1
9:45	CORE	15 min SALA
10:30	BODY PUMP	45 min 1
10:30	BOXEO	45 min BOX
10:30	CORE	15 min SALA
11:15	PILATES	45 min 1
11:15	KICK BOXING	45 min BOX
11:15	CORE	15 min SALA

JUEVES

Actividad	🕒	💡
9:00	ZUMBA	45 min 1
9:45	CICLO INDOOR	45 min 3
9:45	CORE	15 min SALA
10:30	GAP	45 min 1
10:30	CORE	15 min SALA
11:15	BODY BALANCE	45 min 1
11:15	CORE	15 min SALA

VIERNES

Actividad	🕒	💡
9:45	BODY PUMP	45 min 1
10:30	CICLO INDOOR	45 min 3
11:15	CORE	15 min 4
19:30	BODY PUMP	45 min 1
20:15	CICLO INDOOR	45 min 3

14:30	TRX	45 min 4
15:15	CORE	15 min SALA
16:30		
17:15		
18:00	BODY PUMP	45 min 1
18:45	ZUMBA	45 min 1
18:45	CROSS TRAINING	45 min BOX
18:45	CICLO INDOOR	45 min 3
18:45	CORE	15 min SALA
19:30	CICLO INDOOR	45 min 3
19:30	GAP	45 min 1
19:30	CORE	15 min SALA
20:15	CICLO INDOOR	45 min 3
20:15	BODY PUMP	45 min 1
20:15	BOXEO INFANTIL	45 min BOX
20:15	CORE	15 min SALA
21:00	BOXEO	45 min BOX
21:00	CORE	15 min 1
21:45	KICK BOXING	45 min BOX

14:30	BODY COMBAT	45 min 4
15:15	CORE	15 min SALA
16:30	KÁRATE INFANTIL	45 min 4
17:15	KÁRATE INFANTIL	45 min 4
18:00	PILATES	45 min 1
18:45	CICLO INDOOR	45 min 3
18:45	BODY COMBAT	45 min 1
18:45	CORE	15 min SALA
18:45		
19:30	CICLO INDOOR	45 min 3
19:30	BODY PUMP	45 min 1
19:30	CORE	15 min SALA
20:15	ZUMBA	45 min 1
20:15	CICLO INDOOR	45 min BOX
20:15	CORE	15 min SALA
20:15		
21:00	KÁRATE ADULTOS	45 min BOX
21:00	CORE	15 min 1
21:45		

14:30	BODY PUMP	45 min 1
15:15	CORE	15 min SALA
16:30		
17:15		
18:00	BODY PUMP	45 min 1
18:45	ZUMBA	45 min 1
18:45	CROSS TRAINING	45 min BOX
18:45	CICLO INDOOR	45 min 3
18:45	CORE	15 min SALA
18:45		
19:30	CICLO INDOOR	45 min 3
19:30	GAP	45 min 1
19:30	CORE	15 min SALA
20:15	CICLO INDOOR	45 min 3
20:15	BODY PUMP	45 min 1
20:15	BOXEO INFANTIL	45 min BOX
20:15	CORE	15 min SALA
21:00	BOXEO	45 min BOX
21:00	CORE	15 min 1
21:45	KICK BOXING	45 min BOX

14:30	CICLO INDOOR	45 min 3
15:15	CORE	15 min SALA
16:30	KÁRATE INFANTIL	45 min 4
17:15	KÁRATE INFANTIL	45 min 4
18:00	PILATES	45 min 1
18:45	CICLO INDOOR	45 min 3
18:45	BODY COMBAT	45 min 1
18:45	CORE	15 min SALA
18:45		
19:30	CICLO INDOOR	45 min 3
19:30	BODY PUMP	45 min 1
19:30	CORE	15 min SALA
20:15	ZUMBA	45 min 1
20:15	CICLO INDOOR	45 min BOX
20:15	CORE	15 min SALA
20:15		
21:00	KÁRATE ADULTOS	45 min BOX
21:00	CORE	15 min 1
21:45		

SÁBADO

Actividad	🕒	💡
10:30	CICLO INDOOR	45 min 3
11:15	BODY PUMP	45 min 1
12:00	CORE	15 min 1



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