



HORARIO DE ACTIVIDADES JUN 25 - AGOS 25

Oviedo

LUNES

	Actividad		
9:00	CICLO INDOOR	45 min	3
9:45	YOGA	45 min	1
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
14:30	TRX	45 min	BOX
15:15	CORE	15 min	SALA
18:00	BODY PUMP	45 min	1
18:45	ZUMBA	45 min	1
18:45	CROSS TRAINING	45 min	BOX
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	BOXEO INFANTIL	45 min	BOX
20:15	CICLO INDOOR	45 min	3
20:15	BODY PUMP	45 min	1
21:00	BOXEO	45 min	BOX
21:00	CORE	15 min	1
21:45	KICK BOXING	45 min	BOX

MARTES

	Actividad		
9:00	ZUMBA	45 min	1
9:45	CICLO INDOOR	45 min	3
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
11:15			
14:30	BODY COMBAT	45 min	1
15:15	CORE	15 min	SALA
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
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	CROSS TRAINING	45 min	BOX
21:00	KÁRATE ADULTOS	45 min	BOX
21:00	CORE	15 min	1
21:45			

MIÉRCOLES

	Actividad		
9:00	CICLO INDOOR	45 min	3
9:45	YOGA	45 min	1
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			
14:30	BODY PUMP	45 min	1
15:15	CORE	15 min	SALA
18:00	BODY PUMP	45 min	1
18:45	ZUMBA	45 min	1
18:45	CROSS TRAINING	45 min	BOX
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	BOXEO INFANTIL	45 min	BOX
20:15	CICLO INDOOR	45 min	3
20:15	BODY PUMP	45 min	1
21:00	BOXEO	45 min	BOX
21:00	CORE	15 min	1
21:45	KICK BOXING	45 min	BOX

JUEVES

	Actividad		
9:00	ZUMBA	45 min	1
9:45	CICLO INDOOR	45 min	3
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
11:15			
14:30	CICLO INDOOR	45 min	3
15:15	CORE	15 min	SALA
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
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	CROSS TRAINING	45 min	BOX
21:00	KÁRATE ADULTOS	45 min	BOX
21:00	CORE	15 min	1
21:45			

VIERNES

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

SÁBADO

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

LesMILLS

LesMILLS
BODYATTACK

LesMILLS
BODYBALANCE

LesMILLS
BODYPUMP

LesMILLS
BODYCOMBAT



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