



HORARIO DE ACTIVIDADES AGOSTO 2025

Palencia Calle Mayor

LUNES

	Actividad	🕒	📍
7:00	HIIT	45 min	1
8:00	HIIT	45 min	1
9:00			
9:15			
10:15			
10:30	CICLO INDOOR	45 min	3

17:00	BODY PUMP	45 min	1
18:00	PILATES	45 min	1
18:15	CICLO INDOOR	45 min	3
19:00	ZUMBA	45 min	1
19:15	HIIT	45 min	BOX
19:15	CICLO INDOOR	45 min	3
19:45			
20:00	BODY COMBAT	45 min	1
20:15			
21:00			

MARTES

	Actividad	🕒	📍
7:00	HIIT	45 min	1
8:00			
9:00	PILATES	45 min	1
9:15			
10:15	BODY PUMP	45 min	1
10:30			

17:00	BODY COMBAT	45 min	1
18:00	BODY PUMP	45 min	1
18:15	CICLO INDOOR	45 min	3
19:00	BODY BALANCE	45 min	1
19:15			
19:15	CICLO INDOOR	45 min	3
19:45	BODY PUMP	45 min	1
20:00	HIIT	45 min	BOX
20:15	CICLO INDOOR	45 min	3
21:00	PILATES	45 min	1

MIÉRCOLES

	Actividad	🕒	📍
7:00	HIIT	45 min	1
8:00			
9:00			
9:15	HIIT	45 min	1
10:15	CICLO INDOOR	45 min	3
10:30			

17:00	BODY PUMP	45 min	1
18:00	PILATES	45 min	1
18:15	CICLO INDOOR	45 min	3
19:00	ZUMBA	45 min	1
19:15	CORE	15 min	SALA
19:15	CICLO INDOOR	45 min	3
19:45			
20:00	BODY BALANCE	45 min	1
20:15	HIIT	45 min	BOX
21:00			

JUEVES

	Actividad	🕒	📍
7:00	HIIT	45 min	0
8:00			
9:00			
9:15			
10:15			
10:30			

17:00			
18:00	BODY BALANCE	45 min	1
18:15			
19:00	BODY COMBAT	45 min	1
19:15	HIIT	45 min	BOX
19:15	CICLO INDOOR	45 min	3
19:45			
20:00			
20:15			
21:00			

VIERNES

	Actividad	🕒	📍
7:00			
8:00			
9:00			
9:15	CICLO INDOOR	45 min	3
10:15			
10:30			

17:00	BODY PUMP	45 min	1
18:00	CICLO INDOOR	45 min	3
18:15			
19:00	PILATES	45 min	1

SÁBADO

	Actividad	🕒	📍
10:15	CICLO INDOOR	45 min	3

LesMILLS

LesMILLS
BODYATTACK

LesMILLS
BODYBALANCE

LesMILLS
BODYPUMP

LesMILLS
BODYCOMBAT

 **ZUMBA**